
613.7
R
M 62 h

HIERONYMI
MERCVRIALIS
DE ARTE GYMNASTICA
LIBRI SEX,

In quibus exercitationum omnium vetuſtarum genera, loca, modi, facultates, & quidquid deniq. ad corporis humani exercitationes pertinet, diligenter explicatur.

Secunda editione aucti, & multis figuris ornati.

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum cognoſcendarum, & valetudinis conſeruandae ſtudioſis admodum vtile.

AD MAXIMILIANVM II. IMPERATOREM.





VENETIIS APVD IVNTAS,
M D LXXIII.

MAXIMILIANO II.

IMPERATORI INVICTISSIMO

HIERONYMVS MERCVRIALIS
perpetuam Felicitatem D.





SI quando mecum diligentius considero, MAXIMILIANE Inuictissime, quot, quantaque Imperatores, summiq. Principes pro hominum salute, & tranquillitate tam bello, quam pace gesserint, in eam facile descendo sententiam, merito, atque optimo iure omnes fere gentes, & nationes fecisse, quod eos dignos existimarunt qui in Deorum immortalium numerum referrentur. Inter ea uero, quae in humanum genus innumera contulerunt beneficia magnam partem sibi uindicant artes paene omnes liberales, quas maximis propositis praemijs non excitarunt modo, atque extulerunt aliquando iacentes, sed ita etiam earum dignitatem amplificarunt, ut ipsi soli illarum auctores, & instauratores propemodum uideantur. Id facile perspicere quiuis potest, qui militaris disciplinae, le-

gum ſcientiae, ceterarumque, ſine quibus uita haec
noſtra fere uitalis non eſſet, laudandarum artium
ortus, & incrementa memoria uelit repetere: ſed
ne Imperatori ſapientißimo, quae omnibus paßim
nota ſunt, recenſendo ſim moleſtus, unum medi-
cae artis omnium utilißimae exemplum proponam,
quae proculdubio aut nulla eſſet, aut certe eum
quem hoc tempore praeſefert ſplendorem, & ele-
gantiam non haberet, niſi Principum benignitas,
ſine qua omnis plerumque langueſcit induſtria,
ſummis uiris illius auctoribus affulſiſſet. Etenim
quantum a primis illis temporibus quaſi naſcenti
medicinae attulerint auxilij Cadmus, Salomon,
Alexander, poſterioribus uero Attalus, Ptole-
maeus, Nero, Hadrianus, Conſtantinus, Iuſti-
nus, alij permulti, complurium Doctorum homi-
num monumenta teſtantur. uerumtamen ut alia
omittam in praeſentia, non exigui momenti putan-
dum id eſt, quod magnificentißima, atque am-
plißima Gymnaſia exſtruxerint, inque ijs artem
Gymnaſticam inſtituentes, ipſius magiſtros ac prae-
fectos aluerint, qui homines exercitationibus, &
ad corporis, & ad animi ſanitatem conferentibus
inſtruentes ad bene, beateque uiuendum uiam
communirent. Haec enim ars illa eſt, ob quam
olim Perſarum reges, Lacedaemonij, Athenien-
ſes, Romani ita in bellis gerendis ualuerunt, ut
ſaepe non maxima manu incredibiles hoſtium ui-

res

res fregerint, innumerabiles copias fuderint, tot denique regna, totque nationes suis ditionibus subiecerint, ut ne recenseri quidem numerando facile queant. Hac eadem instructi, non defuerunt Principes, qui aduersus quemlibet Athletam robore sunt ausi contendere, quales fuisse Cyrum, Neronem, Traianum, Antoninum, & Seuerum accepimus, quos praeterquam quod hac sola arte sanitatem conseruasse, fortißimosque euasisse memoriae proditum est, ob hanc quoque caussam id eos fecisse uerisimile est, ut ceteros suo exemplo ad easdem exercitationes inuitarent. Huiusmet artis ope quis ignorat priscos regnorum, & prouinciarum gubernatores Athletarum, et gladiatorum spectacula ad subditos in officio continendos prudenter excogitata introduxisse? ne plurima alia commoda recenseam, quae gymnastica, quo tempore floruit, ad humanam felicitatem perficiendam semper uberrime praestitit. Sed, quo plures scimus ab hac arte utilitates emanasse, eo magis dolendum nobis est, quibus nescio quo misero fato cum multis alijs optimarum artium studijs perijt, atque exstincta prorsus est; unde fit ut uetus illud militare robur, & ueram sanitatem perpauci sint hoc tempore, qui consequantur, totque morborum genera quotidie nos infestent, quot ob exercendorum corporum consuetudinem non expertos esse ueteres rationi consentaneum est. Haec autem etsi ita sint, desperandum tamen

men non est, sapientissime Imperator, quin eorum scriptorum beneficio, apud quos rudis atque adumbrata quaedam illius delineatio remansit, ab interitu possit uindicari, ac iterum in hominum adspectum, lucemque proferri, si & Principum ad hanc rem propensio adsit, & homines docti, & antiquitatis periti reperiantur, qui in hoc studium incumbere, omnesque ingenij neruos contendere non recusent. Ceterum cur nemo nostris saeculis huiusmodi prouinciam susceperit, sane pronunciare non audeo: id unum scio, rem sicut maximae utilitatis, ita immensi esse laboris. Et ego, licet multa essent, quae ab ea deterrere me possent, aliquando tamen sum aggressus, quaeque inter legendos auctores huc pertinentia obseruaueram, in unum ueluti corpus collecta in commentarium redegi. quod factum a me est magna animi contentione, & studio: euentu autem, ut ex multorum testimonijs cognoui, audeo dicere, non infelici. Quae etiam me caussa impulit, ut, quamuis hos libros, quo tempore ALEXANDRRI FARNESII *Card. sapientissimi ac prudentiss. medicum Romae agebam pepererim, illiq. dicatos in uulgus ediderim: tamen, publico licet profitendi munere, & frequentibus aegrorum uisitationibus implicitus, rursus eos postremis hisce mensibus in manibus sumpserim, nonnullisq. mutatis, alijs plurimis adiectis, quarundam exercitationum ex uetustis monumentis iconibus repraesentatis*

tis

tis ita exornauerim, ut non uerear quin gratiores multo (quemadmodum ſolent ſemper poſteriores curae eſſe meliores) ſint in lucem prodituri, atque iucundiores. Quo etiam factum eſt, ut, quod antea non ſum auſus, illos nunc tuae Maieſtati conſecrare pro mea erga te obſeruantia non dubitauerim. Cum praeſertim, ſi Gymnaſticae renaſcenti ullus eſt patronus quaerendus, neminem te potiorem eſſe conſtet: ut, quemadmodum olim Imperatores eam inſtituerunt, auxerunt, & illuſtrarunt, ita tu hoc tempore amiſſam, quae tua ſumma auctoritas, & potentia, promptaque de humano genere bene merendi uoluntas eſt, in priſtinum ſplendorem, in ueterem dignitatem & poßis, & uelis reſtituere. Accedit etiam, quod Cardinali FARNESIO, cui poſt Deum omnia debere me fateor, & quem tuae Maieſtatis obſeruantißimum, ac indefeſſum laudum tuarum praedicatorem ſemper eſſe ſenſi, gratiſsimam rem facturum me exiſtimaui, ſi hoc opus in ipſius laribus natum, & minus politum in eius nomine publicatum, nunc perfectius, locupletius, & pulchrius redditum tuae Maieſtati ipſius nomine adferrem. Quamobrem oro, ut, qua ſoles ncomparabili animi magnitudine, hoc licet Maieſtati tuae impar munus, qualecumque tamen tenuitas noſtra offerre poteſt, accipere, meque inter tuos numerare, protegere, ac fouere digneris. nam, quamquam me

ijs,

ijs, qui omni disciplinarum atque artium genere excellentes M. T. inseruiunt, comparandum non esse non ignorem: si tamen animus spectetur meus, non dubito, quin, sicut nullius studia in M. T. sunt ardentiora, aut obseruantia maior, ita aliquo inter alios gratiae tuae loco non indignus uideri possim. Deus Optimus Max. M. T. pro Christiani orbis salute diu incolumem, & felicem conseruet.

Patauij, Kal. Sext. CIↃ IↃ LXXIII.

LAVRENTII GAMBARAE
BRIXIANI CARMEN.

Auxilio sicut Phoebi genitoris, & arte,
Arte Coronides medica celeberrimus olim
Membra minutatim patrios disiecta per agros
Hippolyti, tandem manibus collegit, & artus
Artubus aptauit nitens, iuuenemq. carentem
Iam luce aetheria, iam tartara nigra tenentem
Ad superas sedes, erebi reuocauit ab umbris;
Et membris laetos, oculisq. infudit honores:
Queis solitum lumen sumpserunt membra iuuentae.
Confisus ita nunc ope Mercurialis, & aura
Farnesij aspirantis heri collegit in unum
Gymnada: qua quondam se se exercere relicto
Carcere maiores, populo spectante, solebant.
Haec pars ad ludos spectat, pars altera tantum
Commemorat; cum quis pictis se ostentat in armis,
Fortis ut euadat miles, pars tertia narrat,
Sint ea, quae incolumes seruent, morboq. uacantes
Mortales, dum uita manet, docet insuper haec pars,
Ordine quo possint homines extendere longum
In tempus dubiam aetatem, tardamq. senectam
Ducere inexpertamq. mali, curaq. carentem;
Omnia quae latuere diu dispersa, tenebrisq.
Abdita Cimmerijs: quae nunc distincta labore,
Et multo studio, tamquam noua sidera fulgent,
Scriptores inter Graios, pariterq. Latinos.

Matth. Deuarij.

Ὡς πάλαι ἱππολύτοιο μέλη, παιήονος υἱὸς
    σύστασιν εἰς ζώου σώματος ἡρμόσατο,
ὧδέ ποτ᾽ οἰχομένης καλὰ λείψαν ἀμυδρά περἔμπος.
    τέχνης γυμνασίης νῦν ἀναλεξάμενος,
ἄκρος ἀκεστορίνν Ἱερώνυμος, ἀθάνατόν μιν
    κού τεθνηξομένην αὖθις, ἔτευξε νόῳ
ὃς γοῦν ἶσα θεοῖσιν, ὀνήσιμα ἔργ᾽ ἀναφαίνῃ,
    ἶσα θεοῖς, τιμῆς ἄξιος ἀθανάτου.

Ἀχιλλέως Στατίου Λουσιτανοῦ.

Γυμνάσιον πολυηδὲς ἄγαν πονέων συνέγειρες
    Παντοίοις σποράδην ἐκδοθὲν ἐν βιβλίοις
Οὕνεκα τῶν τε σοφῶν Ἱερώνυμε ψηφῶν ἀποισῆ
    Πένταθλον οὐχὶ μόνον πάνταθλον ἀλλὰ μόνος.

Achillis Statij Lusitani.

Orco mortales Hieronymus inuidet aegros
*   Lumen ad aetherium semianimes reuocans,*
Quod quia saepe facit, laudatur saepe, suiq.
*   Fama tripertito nominis orbe uolat.*
Nunc autem noua fama alia increbrescit, ut artes
*   Exstinctas ueterum gymnasiumq. nouat.*
Macte animo, uir magne, ergo tu cetera membra,
*   Ore exercebis, sed tua laus hominum.*

Auctorum nomina, quorum fide, & testimonio hi Libri conscripti sunt.

Aeschylus
Aetius
Afranius
Agathinus
Alexander Aphrodisiensis
Alexander Trallianus
Antillus
Aretaeus
Aristophanes
Aristoteles
Asclepiades
Athenaeus
Auerroes
Auicenna
Aulus Gellius
Ausonius
D. Basilius
Caius Julius Caesar
Cassius Jatrosophista
Catullus
Caecilius Plinius
Clemens Alexandrinus
Coelius Aurelianus
Columella
Cornelius Celsus
D. Cyprianus
Diocles
Dion
Dionysius Areopagita
Dionysius Halicarnaseus
Erasistratus
Erotianus
Euripides
Eusebius
Galenus
Herodotus
Herodianus
Hesiodus
D. Hieronymus
Hippocrates
Homerus
Horatius
Josephus
Isidorus
Julius Capitolinus
Julius Firmicus
Julius Pollux
Justinus Martyr

Iuuenalis
Laertius
Laitus
Lampridius
Libanius
Lucanus
Lucianus
Lucilius
Lucretius
Marcus Tullius
Martialis
Meletius
Oribasius
Ouidius
Pacuuius
D. Paullus
Paullus Aegineta
Pausanias
Persius
Philostratus
Plato
Plautus
Plinius
Plutarchus
Polybius
Porphyrius
Posidonius
Propertius
Pub. Victor
Razes
Rufus Ephesius
Scribonius Largus
Seneca
Sex. Pompeius Festus
Sidonius Apollinaris
Soranus Ephesius
Spartianus
Statius
Strabo
Suetonius Tranquillus
Suidas
Terentius
Tertullianus
Themison
Theodorus Priscianus.
Theophrastus
Valerius Flaccus
Valerius Max.
Varro
Vegetius
Vitruuius
Vopiscus
Xenophon.

ARTIS GYMNASTICAE

LIBER PRIMVS



De Principijs Medicinae. Cap. I.



B VAMDIV Homines paucissimis rebus contenti lautas mensas, & opipara conuiuia non cognouerunt, propinationisque post inductam paullatim cõsuetudinem penitus ignorarũt, (id quod primis illis saeculis exstitisse memoriae proditum est) morbi neq. apparuerunt, neq. etiam eorum nomina innotuerunt, sicut usq. ad tempora Socratis distillationum, quas Graeci κατάῤῥους dicunt, nomen, quo nil hodie frequentius est, ignoratum esse tradidit Plato: qua de re tunc temporis medicinae aut paucos omnino, aut nullos usus, nullaq. principia exstitisse certum est: etsi Homerus antiquissimus auctor scripserit Aegyptum multas herbas, multaq. medicamenta habuisse. Postquam uero intemperantiae nefanda lues, coquorum exquisitae artes, delicatissima epularum condimenta, uinorumq. peregrinae temperaturae inter homines irrepsere, morborum simul uaria C continuo genera succrescentia ad inueniendam medicinam eos coegerunt: qua semper carere profecto licuisset, nisi humana, uel potius ferina ingluuies omnium uitiorum soboles eius usum omnium maxime necessarium effecisset. Medicina uero tametsi primo illo ortu rudis admodum, incultaq. fuerit, quando prisci illi (ut Herodotus, & Galenus referunt) aegrotos palam exponebant, ut unusquisq. quod utile, atq. experimentis comprobatum habebat, alterum edoceret; posterioribus tamen saeculis ab Aesculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenaeos medico mirifice exornata fuit, & quasi ex rustica urbana, & concinna reddita: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit, quippe qui solis morbosis, ac languentibus operam nauans id unum semper curandi studium habuit: sanorum curam aut ullam esse ignorauit, aut eam prorsus contempsit: quod postea successores illius intelligentes adeo existimatione dignam reputarunt, ut medicinam sine hac

3.de Republi.

In lib. qui medic' inscribitur.

Gymnastica. A totam

totam mancam, nulloq. modo perfectam esse posse perspexerint. D
Atq. hi fuere primi Herodicus Selymbrianus, & Hippocrates eius discipulus, qui curatiuae morborum medicinae conseruatoriam ualetudinis partem fere circa sana dumtaxat corpora satagẽtem addere uisi sunt, arbitrantes non minus praeclarum, atq. artificiosum opus esse sanos homines a morbis praecauere, quam illos iam implicitos liberare: unde medicina, quae antea semper quasi uirgo fuerat, praegnans ab illis reddita fuit, quandoquidem prius solis curandis aegritudinibus, tum sanis etiam conseruandis praefecta est. An totam eam medicinae partem, quae & ad sanos, & ad uictus rationem pertinet ex tabellulis, alijsue donarijs, Aesculapij templo dicatis Hippocrates conflauerit: an uero solam in curandis
Lib.29. cap.I. morbis uersantem clinicem uocatam, quemadmodum Varro, Strabo, atq. Plinius credidisse uidentur, mihi plane compertum non E
est: nisi quod cum fuisset mos liberatos morbis in templo eius Dei, quid auxiliatum esset, scribere: Isque a primis illis temporibus usque ad Antonini Imperatoris aetatem non modo in Graecia, uerum etiam in Italia perdurauerit: uti prae ceteris ex tabella marmorea Romae in Aesculapij templo in insula Tiberina inuenta, & usq. ad hanc diem apud Maphaeos conseruata intelligere licet, in qua graece haec leguntur.

Αὐταῖς ταῖς ἡμέραις Γαΐῳ τινὶ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ἐλθεῖν ἐπὶ τὸ ἱερὸν βῆμα, καὶ προσκυνῆσαι, εἶτα ἀπὸ τοῦ δεξιοῦ ἐλθεῖν ἐπὶ τὸ ἀριστερὸν, καὶ θεῖναι τοὺς πέντε δακτύλους ἐπάνω τοῦ βήματος, καὶ ἆραι τὴν χεῖρα, καὶ ἐπιθεῖναι τοὺς ἰδίους ὀφθαλμοὺς, καὶ ὀρθὸν ἀνέβλεψε, τοῦ δήμου παρεστῶτος, καὶ συγχαιρομένου ὅτι τόσαι ἀρεταὶ ἐγένοντο ἐπὶ τοῦ σεβαστοῦ ἡμῶν ἀντωνίνου. id est: F

Hisce diebus Caio cuidam caeco oraculum reddidit, ueniret ad sacrum altare, & genua flecteret, deinde a parte dextera ueniret ad laeuam, & poneret quinque digitos super altare, & eleuaret manum, & poneret super proprios oculos: & recte uidit populo praesente, & gratulante, quod grandia miracula fierent sub Imperatore nostro Antonino.

Λουκίῳ πλευριτικῷ καὶ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι τέφραν, καὶ με-

τ' οἴνου

A τοἴνου ἀναφυρᾶσαι, καὶ ἐπϊθεῖναι ἐπὶ τὸ πλευρὸν, καὶ ἐσώθη, καὶ δημοσία ηὐχαρίστησε τῷ θεῷ, καὶ ὁ δῆμος συνεχάρισατο. id est:

LVCIO affecto lateris dolore, & desperato a cunctis hominibus oraculum reddidit Deus, ueniret, & ex ara tolleret cinerem, & vna cum vino commisceret, & poneret supra latus: & conualuit, & publice gratias egit Deo: & populus congratulatus est illi.

Αἷμα ἀναφέροντϊ ἰουλϊανῷ ἀφηλπϊσμένῳ ὑπὸ παντός ἀνθρώπου, ἐχρημάτϊσεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι κόκκους
B στροβίλου, καὶ φαγεῖν μετὰ μέλιτος ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας, καὶ ἐσώθη, καὶ ἐλθὼν δημοσία ηὐχαρίστησεν ἔμπροσθεν τοῦ δήμου. id est:

SANGVINEM reuomenti Iuliano desperato ab omnibus hominibus ex oraculo respondit Deus, ueniret, & ex ara caperet nucleos pini, & comederet una cum melle per tres dies: & conualuit, & uiuens publice gratias egit praesente populo.

Οὐαλερίῳ ἄπρῳ στρατϊώτῃ τυφλῷ ἐχρημάτϊσεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν καὶ λαβεῖν αἷμα ἐξ ἀλεκτρυόνος λευκοῦ μετὰ μέλϊτος, καὶ κολλύρϊον συνθεῖναι, καὶ ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας ἐπϊχρῖσαι ἐπὶ τοὺς ὀφθαλμούς, καὶ ἀνέβλεψεν, καὶ ἐλήλυθεν, καὶ ηὐχαρίστησεν δημοσία τῷ θεῷ. id est:

C VALERIO Apro, militi caeco, oraculum reddidit Deus, ueniret, & acciperet sanguinem ex gallo albo, admiscens mel, & collyrium conficeret, & tribus diebus uteretur supra oculos: & uidit, & uenit, & gratias egit publice Deo.

Quod etiam in templo Isidis fieri solitum fuisse, ex his Tibulli carminibus conijcio.

Nunc Dea, nunc succurre mihi, iam posse mederi,
Picta docet templis multa tabella tuis.

Cum haec inquã ita essent, uerisimile fit, solam remediorum cognitio

gnitionem potuisse ab Hippocrate inde excerpi, & sub certis regulis, ac rationibus constitutam ad artis formam prouectam esse: certus sum tamen sapientissimum senem non casu ullo, nec fortuna, sed diuinissimis illis, quibus pollebat, ingenij uiribus, ac disciplinis sicuti cetera omnia, ita & hanc inuenisse, inuentam excoluisse, necnon curatiuae adiunxisse: In quibus medicinae partibus non ideo ueteres illius parentes minorem laudem merentur, quod plurimi fuerint morbi, quos nec ab ipsis cognitos, nec curandi eos modum indicatum esse constet; quoniam non ueterum ignauia, aut rerum imperitia illud effecerunt, sed potius infinita gulae blandimenta, inexplebilis libido, immensaq. uoracitas, quibus, ut sapienter disputauit Seneca, & post ipsum Plutarchus, nouae morborum species genitae sunt, adhucq. quotidie gignuntur, quarum aliae sero, aliae numquam medelam receperunt: sic namq. pueros, & mulieres post Hippocratis aetatem podagra exercere coepit, sic uiuente Pompeio, atq. Asclepiade aquae formido, seu hydrophobia, Aristoteli, ac antiquioribus haud nota, necnon elephantiasis Aegypto familiaris sese primo demonstrarunt: adeoq. tarde medelam receperunt, ut Scribonius Largus, qui Claudij imperatoris tempore Romae medicam artem professus est, scripserit neminem ab hydrophobia usq. ad tempora sua liberari uisum; & si Appuleius Celsus in Sicilia, ubi plurimi fiunt rabidi canes, ortus ad eum morbum antidotum quandam cōposuisset, Barbarusque quidam in Creta naufragio appulsus se eum Hyenae pelle, quod Aetius quoq. de alijs retulit, curare gloriaretur; sic Cornelij Celsi tempestate quaedam ex naturalibus partibus carne prolapsa, & arente intra paucas horas exspirauit, ut nobilissimi medici neq. genus mali, neq. remedium inuenerint. Sic Tiberium Imperatorem omnium primum Coli dolorem expertum accepimus, nisi ueteres sub alio nomine illum cognouisse tueamur: ut ipse Hippocratē sub Ilei doloris nomine comprehendisse reor. Sic Plinij aetate mentagra, stomachace, & sceltyrbis aegritudines nostro orbi aduenae natae sunt: sic multis olim circa mare rubrum aegrotantibus dracunculi quidā, ut Agatarchides in eius maris tractatu retulit, parui crura atq. brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangebantur illico refugiebant, musculosisq. partibus sese includentes intolerabiles inflammationes, cruciatusue pariebant, quod genus morbi se ab alijs audiuisse, sed neq. naturam eius, neq. generationis rationem cognouisse fatetur Galenus. Sic quidam ab urinae difficultate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam inter-

[Margin notes: Epist. 96. 8. Sympos. prob. ix. — Cap. 171. — Lib. 2. cap. 162. — In prob. — Lib 25. cap. 3. — 6. de locis affect.]

[Margin letters: D, E, F]

nodia

A nodia habentem minxit. sic Ephebus Athenis serpentem pusillum pilosum & plurimis pedibus statim ambulantem multo cum semine eiecit: sic Timonis Auiam duobus singulorum annorum mensibus in Cilicia delituisse in cauernis, solaq. respiratione, quod uiueret, cognitam esse traditur: sic in Melonijs signum cuiusdam affectionis hepaticae descriptum est, qua quicumque occupabantur, domesticos mures diligenter obseruabant, ac prosequebantur. sic Crateri medici seruus, referente Porphyrio, nouo quodam morbo captus fuit, ita ut carnes eius ab ossibus abscederent: sic temporibus nostris exsecranda illa gallica, & paene exitialis lues uniuersas regiones uexare coepit: ut nullo pacto illud, quod uel posteriorum hominum culpa, uel fortuna aut Deo ita uolente contigit, Hippocrati crimen afferre debeat, a quo cum duae iam praedictae medicinae partes ad summam perfectionem prouectae fuerint, diuinis

Libro I. de abstinētia ab aīalib⁹.

B eius manibus immortales semper habendae sunt gratiae. Ampliusq. illud aeternae memoriae mandandum, quod ambae medicinae partes sicuti diuersae re uera sunt, pariter uaria nomina habuerunt, alteraq. προφυλακτικὴ, siue ὑγιεινὴ, altera θεραπευτικὴ nuncupata fuit, uocabulis quidem his tum ab opere, tum a re circa quam uersantur, acceptis, quae quoniam sapienter, atque uere depromptae fuerunt, nullam umquam apud ullos mutationem susceperunt: quemadmodum etiam usq. ad posteriora tempora haec inueterata permansit inter medicos consuetudo, ut omnes duas medicinae partes primarias efficiant, alteram curatiuam, alteram conseruatiuam nuncupantes, quas ob id communi medicinae nomine plerumq. comprehendunt; quoniam curatiua, quae primo ob maiorem necessitatem inuenta fuit, id nomen adepta est, quod

C conseruatiua quoque ei postremo adiuncta non modo obtinuit, uerum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem acquisiuit, ut iudicauerint hanc solam medicinam ueram appellari debere: illam incertam, falsam, meramue hominum alios decipere studentium imposturam exsistere, nempe quae nudis coniecturis, infimisq. argumentis primò ad cognoscendos morbos utatur: deinde in ea fere omnes fortuita remedia, incognitaq. medicamenta, ut plurimum adhibeant, & demum tam in iudicando, quam in curando non raro fallantur, quos tamen in grauissimo errore uersari facillime cognoscent, quicumq. humanas calamitates morborumq. incommoditates, quales forent, ni curatrix medicina succurreret, aequo animo aestimare uoluerint: ut non absq. summa ratione Iulianus Imperator hanc pro medicis legem promulgasse uideatur.

“ΤΗ'Ν ἰατρικὴν ἐπιστήμην σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχά- D
“νειν, τὸ ἐναργὲς τῆς χρείας μαρτυρεῖ. διὸ καὶ ταύτην ἐξ οὐρανοῦ πεφοι-
In Epistol. graecis uariorum.
τηκέναι δικαίως φιλοσόφων παῖδες κηρύττουσιν. τὸ γὰρ ἀσθενὲς τῆς ἡμετέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ἐπισυμβαινόντων ἀρρωστημάτων, ἐπα-
“νορθοῦται διὰ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τοῦ δικαίου λογισμὸν συ-
“νῳδὰ τοῖς ἄνωθεν βασιλεῦσι θεσπίζοντες, ἡμετέρᾳ φιλανθρωπίᾳ
“κελεύομεν, τῶν βουλευτικῶν λειτουργημάτων ἀνενοχλήτους ὑμᾶς ἐν
“τοῖς λοιποῖς χρόνοις διάγειν. id est:

Medicinae scientiam hominibus salutiferam esse, patens eius usus attestatur, & ideo hanc e caelo delapsam philosophi merito praedicant, siquidem cum naturae nostrae imbecillitas, tum morbi quotidie incidentes per hanc corrigantur. Itaq. nos secundum iustitiae rationem superioribus regibus consona obseruari praecipientes, humanitate nostra mandamus uos in reliquis temporibus E ab omnibus curialibus ministerijs immunes uiuere.

De conseruatiuae partibus, & quid tractandum. Cap. II.

CVM igitur duae sint medicinae partes, una curatiua, altera conseruatiua, aut ὑγιεινὴ nuncupata; Postrema haec ab aliquibus in tres partes diuisa fuit, in προφυλακτικήν, morbos futuros, & imminentes auertentem: συντηρητικὴν, quae praesentem sanitatem tuetur: & ἀναληπτικήν, a qua ualetudinarij reficiuntur: omnes autem istae, quamuis ultimo, sicuti demonstrauimus, fuerint inuentae, nihilominus & ipsae tantum multorum hominum additamentis splendorem acquisiuerunt, quantum uix primi illi inuentores optare ausi forent, F tum ob copiam eorum, quae huic parti conseruatiuae adserta sunt, tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus anteactis temporibus, quam nunc praestare uisa est: Ea porro, quae ad hanc partem constituendam a medicis excogitata atque ordinata sunt, quattuor nominibus comprehenduntur. quorum singula uarias ac multiplices res sub se complectuntur. tot namq. praesidijs bonam ualetudinem conseruari posse, a Galeno, ac alijs medicinae auctoribus concorditer decretum fuit. Illa uero sunt τὰ προσφερόμενα, τὰ κενούμενα, τὰ ἔξωθεν προσπίπτοντα, καὶ τὰ ποιούμενα. Quae enim exhibentur potulentis atq. esculentis siue ciborum siue remediorum usum habeant, finiuntur. Quae exinanitioni subsunt, sudoribus, stercoribus, sputis, urinis, & alijs omnibus similibus continentur. Extrinsecus accidentia aqua, aere, salsugine, mari, oleo, & huiuscemodi

A iuſcemodi conſtituuntur. Agenda uero exercitationibus, ſtudijs, uigilijs, ſomno, uenere, ira, cura, lotionibus, ceteriſq. eiuſdem generis comprehenduntur; unde nulla res eſt, nullumue auxilium, quod ad ſanitatem defendendam conducat, quin ſub aliquo praedictorum quattuor generum, quae totam conſeruatoriam artem quantitate, qualitate, & occaſione conuenientibus perficiunt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum a recentioribus copioſe ſatis tractatum eſt: de gymnaſijs autem ſiue exercitationibus, a quibus ars gymnaſtica apud ueteres ualde celebris conſtituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quampaucissima, & fortuito, confuſeq. tradita reperiuntur; ideo de his, deq. gymnaſtica arte a Latinis exercitatoria dicta integram, & forſan ab alio numquam abſolutam tractationem habere decreui, eo magis
B quod Galenus hanc haud ignobiliſſimam conſeruatoriae facultatis partem eſſe ſcriptum reliquit: omneſq. fere teſtantur exercitationum artem, & ad auertendos futuros morbos, & ad cuſtodiendam praeſentem ſanitatem, & ad ualetudinarios reficiendos, (quae tres partes uniuerſam conſeruatoriam efficiunt) incredibilem utilitatem afferre; ut etiam nos uberrime demonſtraturi ſumus, ubi haec omnia diſtincte ſimul, atque copioſe, prout res ipſa poſtulabit, in hiſce libris declarabimus. Primo, quid ſit gymnaſtica ipſa, quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius ſpecies: deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur: poſtremo, quid ſit illa qualitas, quantitas, & occaſio, quibus haec ars tantopere bonae ualetudini conſeruandae conferat: demum, quae commoditates, quaeue damna ab uno-
C quoq. exercitationum genere gymnaſticae ſtudioſis exſpectanda ſint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri debere ſpero, ꝙ in huiuſmodi tractatione deſiderari poſsit: quam ideo uehementius omnes ualetudinis ſtudioſos amplexuros eſſe auguror, quoniam haec pars a nobis tractanda curatiuam partem tanto excellere uidetur, quanto medicamenta ipſa ab exercitationibus ſuperantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratiſſimi medicinae ſcriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa ſoluere, tum per ſudoris meatus eijcere poſſe; tantoq. tam cibis quam medicamentis attenuantibus praeſtare, quanto ſatius eſt nullo corporis noſtri incommodo exigi, quae redundant, quam pariter & carne liquāda, & ſolidis extenuandis: haecnamq. incommoda calidis attenuantibusq. medicamentis aſſociantur: exercitationes uero tantum abeſt ut aliquid tale ſequatur, ut potius firmitas

2. d tu. ual. 3. Primi. doc. 3. ca. 1.

quaedam membris accedat, cum & naturalis ipse calor accenditur, D & ex partium inter se attritu soliditas quaedam ac δυσπάθεια comparatur: Iccirco non immerito Athenienses Apollini gymnasium siue exercitationem consecrarunt, significantes, quemadmodum auctor est Plutarchus, ab eo Deo, qui sanitatem nobis largitur, etiam bonum habitum, & robur donari: Neque etiam inconsulto fecit Cyrus, qui apud Xenophontem tantopere exercitationes, laboresq. corporis aestimauit, ut Persis, quos recte instituere semper studuerat, quasi legem dederit, ne ipsi umquam sine labore cibum caperent, ratus ualetudini, atque fortitudini perinde exercitationes necessarias esse, ac cibum, quas illud humanis corporibus praestare dicebat Solon apud Lucianum, quod ij, qui uentilando purgant triticum, paleas, ac spicas inanes flatu propellentes, purum autem fructum separantes & accumulantes. Etenim Diogenes E apud Stobaeum dicebat, Medeam sapientem, non ueneficam fuisse, quae acceptis mollibus, & effeminatis hominum corporibus, confirmabat ipsa gymnasijs, ac exercitationibus, & robusta, uigentiaq. reddebat. Vnde fama emanauit, quod coquendo carnes in iuuentutem restitueret.

viij. Symp. prob. 4.

Lib. viij. de Cyri Paedia.

In Anacharsi.

Quid sit Gymnastica, & quotuplex. Cap. III.



QVATTVOR itaque existentibus illis, quibus tota conseruandae sanitatis facultas completur, exercitatoriam quartae partis quandam partem esse nemo sanus negarit: quandoquidem si exercitationes sub agendis inter multa alia collocantur, quae pro quarta conseruatoriae parte a nobis declarata sunt, gymnasticam, quae de exercitationibus tota est, ad eam pertinere rationi consentaneum est: & F proinde negare nemo potest, quin ad eum, qui medicinam profitetur contra Erasistratum, & alios gymnasticam a medicina seiungentes, illam cognoscere spectet, eo praesertim quod ab Hippocrate, Platone, & Galeno crebro scriptum reperitur, exercitationes, tot atque tanta ad uitam sanam traducendam bona praestare, quot & quanta uix ulla alia medicinae instrumenta praestant. Quod si Hippocrates in lib. de Locis in homine scripsit Gymnasticam, & medicinam contrarias esse, quoniam altera permutatione opus habet, altera non, de sola ea medicinae parte sermonem habuit, quae in medendis decumbentibus clinice a posterioribus uocata solum uersatur. Plato etiam, atque Plutarchus quando dixerunt

runt

A runt duas esse circa corpus humanum uersantes artes, medicinam, & gymnasticam, non ob id, quemadmodum Erasistratus & Sectatores, illas seiunxerunt, sed communem hominum loquendi usum secuti sunt, qui, quoniam posterius gymnastica medicina inuenta, eiq. adnexa est, eas diuersas nulla alia ratione ducti efficiebant. Ceterum quid sit haec ars exercitatoria gymnastica graeco nomine nuncupata, ab eius definitione, siue descriptione petere debemus, quam etsi luculenter explicatam apud Platonem habeamus, a nullo tamen alio, quam a Galeno nostro eam & breuius, & lucidius declaratam credo, ubi ita dixit: ἡ τέχνη γυμναστική ἐστιν ἐπιστήμη τῆς ἐν πᾶσι γυμνασίοις δυνάμεως: hoc est, Quod gymnastica est quae omnium exercitationum facultates nouit, aut potius, Quod gymnastica ars est scientia potentiae omnium exercitationum. Quo in

In lib ad Thras.

B loco animaduertendum est, Galenum scientiam non proprie, sed communiter, ut plerumque auctores solent, accepisse, propterea quod gymnastica cum pro fine opus habeat, & scientiae nullum opus considerent, necessario a uera scientia excluditur; quamuis alioqui caussas exercitationis uirium saepissime contempletur: est insuper animaduertendum, Galenum hac definitione gymnasticam a paedotribica distinxisse, quoniam illa tamquam imperatrix & exercitationũ qualitates omnes, & earũ caussas speculatur, imperatque, haec ueluti ministra illius exsistit, perinde ac gymnasta erat, qui omnium exercitationum potentias probe noscebat, easq., prout sanitati, & bono habitui expedire iudicabat, diuersis hominibus imperabat: paedotriba uero, qui eas, quomodo fieri deberent, & possent, re ipsa demonstrabat: atque hoc aenigmatice explicauit Polybus sub his uerbis: παιδοτρίβαι τοιον διδάσκουσι παρανομέειν κατὰ νόμον, ἀδικέειν δικαίως, ἐξαπατέειν, κλέπτειν, ἁρπάζειν, βιάζεσθαι, τὰ κάλλιστα, καὶ αἴσχιστα: id est: Paedotribae hoc

In primo de dieta.

C edocent praeuaricari secundum leges, iniuriam facere iuste, decipere, furari, rapere, uim inferre honestissime, & turpissime. Nam si quis luctatorũ, & aliorum, qui a paedotribis edocebantur, actiones aestimet, liquido conspiciet ualde ijs assimilari, quae a Polybo scripta sunt, sicq. gymnastam, & paedotribam non parum dissimiles fuisse: uerumtamen, cum interdum unus utriusq. munus impleret, non immerito existimauerunt aliqui has duas artes unam, atq. eandem esse, ueluti nonnumquam idem & militis, & Imperatoris officio perfungitur; attamen Galenus eas esse distinctas uoluit, dum gymnasticam uocari respectu habito ad solam exercitationis qualitatum notitiam, quae operatione ipsa nobilior est; paedotribicam

cam dici ob actum ipsum exercendi, utpote ignobiliorem conten- D
dit, haud aliter ac si dixisset alteram harum speculatiuam, ac arbi-
tram, & iudicem; alteram practicam esse, quae omnes interdum
una gymnasticae appellatione a materia, circa quam uersantur, ut
pharmaceutica, suscepta uocarentur; sicuti speculatiua, & practica
medicinae partes uno medicinae nomine saepenumero appellan-
tur. sed quod uere, sicuti declarauimus, gymnastica talis sit, gymna
staq. & paedotriba differrent, Aristotelis testimonio quoq. compro
bare licet, qui in principio quarti Politicorum hoc scriptum reli-
quit: Ἐν πάσαις ταῖς τέχναις μὴ κατὰ μόριον γινομέναις, ἀλλὰ πε-
ρὶ γένος ἕν τι τελείαις οὔσαις μιᾶς ἐστι θεωρῆσαι τὸ περὶ ἕκαστον γέ-
νος ἁρμόττον, οἷον ἄσκησις σώματι ποία τε ποίῳ συμφέρει, καὶ τίς
ἀρίστη (τῷ γὰρ κάλλιστα πεφυκότι καὶ κεχορηγημένῳ, τὴν ἀρίστην
ἀναγκαῖον ἁρμόττειν) καὶ τίς πλείστοις, μία πᾶσι, καὶ γὰρ τοῦτο E
τῆς γυμναστικῆς ἐστι: ἔτι δ' ἐάν τις μὴ τῆς ἱκνουμένης ἐπιθυμεῖ, μή-
θ' ἕξεως, μήτ' ἐπιστήμης τῶν περὶ τὴν ἀγωνίαν, μηδὲν ἧττον τοῦ παι-
δοτρίβου, καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε καὶ ταύτην ἐστὶ
τὴν δύναμιν: idest: In cunctis artibus, & scientijs, quae non circa
partem, sed circa genus aliquod perfecte exsistunt, unius est consi-
derare, quid cuiq. conueniat generi: ceu exercitatio corporis qua-
lis quali conueniat, & quae sit optima: (optime enim natura di-
sposito, & cui omnia suppeditant, optimam conuenire necessa-
rium est) & quae plurimis una omnibus. Etenim hoc gymnasti-
cae est: Praeterea uero, si quis non exactum illum cupiat habitum,
& scientiam circa certamina, nihilominus paedotribae, & gymna-
stici est hac potentiam praeparare. Quibus uerbis clare satis patet,
tum ab Aristotele gymnasticam nuncupari scientiam eo ferme pa- F
cto, quo a Galeno: tum etiam gymnastam a paedotriba distin-
gui. At ne illos, qui utramque sub uno gymnasticae nomine intel
ligunt, definitio lateat, quae utriusque uim simul explanet, ita di-
cere poterimus, Artem gymnasticam esse facultatem quandam om
nium exercitationum facultates contemplantem, eorumq. uarie-
tates opere ipso edocentem, uel gratia bonae ualetudinis conser-
uandae, uel gratia optimi corporis habitus acquirendi, atque tuen
di. Dixi huius artis talem esse finem, non solum ut plenam atque
perfectam, quantum fieri potest, definitionem redderem, uerum
etiam ut hanc scientiam ab alijs, quae similem formam obtinent,
differentem ostenderem: Nam ludi omnes antiquorum, tam Grae
corum, quam Romanorum, necnon etiam tota athletica ipsa, atq.
exercitationes gratia belli factae circa omnes fere exercitationes
uersan-

A uersantur, circa quas gymnastica medica, ut in sequentibus sum demonstraturus, quando in singulis exercitationum generibus declarandis quomodo in unaquaque gymnastica locum habuerint separatim planum faciam: nihilominus magnopere inter se discrepant, caussaq. talis differẽtiae nulla alia exsistit praeter finem singularum, quo fine omnes facultates distingui scripsit Aristoteles: Nam ludorum finis erat religio quaedam, qua Antiqui opinabantur sese Dijs rem gratam illis ludis tamquam promissam facturos: erat quoque populi uoluptas, cui maxime & Respub. & Reges, ac Imperatores studebant, quo homines uoluptate demulsi in officio continerentur: unde ludorum exercitatoribus tantum honorem tributum esse scribit Plinius, ut, dum eos inirent, semper assurgi, etiam ab Senatu, in more esset, necnon sedendi ius in proximo Senatui, atque uacatio munerum omnium ipsis, patribusq. & auis paternis, quod tamen seruis, quando illi similes ludos inibant, concessum fuisse minime credo. De his uero ludis quicumq. aliquid cognoscere optauerit, librum Onuphrij Panuini Veronensis habebit, qui omnium diligentissime, ut est ipse omnium saeculi nostri in historijs longe uersatissimus, hanc materiam tractauit. Athletica finem habuit robur, ut illius ui posset athleta aduersarium superare, & coronam praemiaq. proposita consequi: quamuis etiam apud Graecos, & Latinos nonnumquam athletae uocati sunt, tam illi qui in ludis, quam qui extra ludos praemij gratia certabant, quos omnes sub nomine uitiosae gymnasticae (de qua inferius loquemur) Galenus complexus est: Ceterum qui gratia belli exercitationes praedictas obibant, id non ob aliud agebant, nisi quo agilitatem, ac peritiam compararent, quibus postea, cum oportebat, hostes in pugna uincere possent: atque harum exercitationum disciplina usque adeo seuera apud maiores seruabatur, ut eius doctores duplicibus, quod scribit Vegetius, remunerarentur annonis; & qui parum in illa profecissent milites, pro frumento hordeum cogerentur accipere, nec ante eis in tritico redderetur annona, quam sub praesentia praefecti tribunorum, uel principum experimentis datis ostendissent se omnes militiae exercitationes complesse. Ex quibus omnibus manifestum est gymnasticam nostram a praedictis differentem esse, & ideo summa cum ratione a nobis in illius definitione positum finem fuisse, qui est gratia sanitatis tuendae, & boni corporis habitus comparandi. Quod uero exercitationum omnium tres praedicti fines, a quibus tria gymnasticae genera orta sunt, apud ueteres exstiterint, atque omnes

[Margin: Lib. xvi. cap. 4.] [Margin: B] [Margin: C] [Margin: Lib. i. de re mili. ca 13.]

omnes in unum publicae felicitatis finem relati sint, abunde de- D
clarauit Solon apud Lucianum in Anacharsi dialogo: qua una illius oratione, tota haec sententia nostra haberi rata mereretur, nisi Platonis & aliorum inferius explicanda testimonia accederent.

De Gymnasticae subiecto, & eius laudibus. Cap. IV.



CVM iam gymnasticam, quid sit, satis (ni fallor) explicuerimus: eamq. ab affinibus facultatibus seiunxerimus: reliquum est, subiectum illius, quale sit, considerare: nam sicuti nulla reperitur ars, siue illa sit architectonica, siue ei subiecta, quae finem operationum suarum aliquem non habeat, pariter nulla est, cuius subiectum aliquod non liceat proprium assignare, circa quod tota illius operatio uersetur: & E quamuis idem subiectum saepenumero plurium artium esse uideatur, si tamen res exacte perpendatur, cunctarum subiecta artium finibus ipsis inter se distingui apparebit, eo quod idem sane aliquo pacto, sed sub uarijs condicionibus, atq. proprietatibus ab unaquaque consideratur: ita namq. fit, ut corpus humanum, quod pluribus artibus, atque disciplinis re uera subijcitur, tali pacto ab una consideretur, quod non ab alia: siquidem, prout naturale, atque mobile exsistit, Physicus illud contemplatur: prout sanitatis, uel morbi capax, Medico subijcitur: prout ἑυεκτον, idest boni habitus susceptibile, a gymnastica, siue conseruatoria, quae medicinae subijcitur, & de qua nobis futurus est sermo, consideratur. Corpus itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumq. & sanitatem conseruare in seipso natum est, gymnasticae subiectum esse definimus, quemadmodum etiam Galenus in libello illo ad F Thrasybulum scripto luculentissime declarauit: neq. propter hoc inferendum est, illum sibi ipsi contraria dicere, cum alias gymnasticam a medicina seiungi debere uoluerit, propterea quod uoluit, gymnasticam medicinae quidem partem esse, ita tamen, ut, ueluti pars a suo toto aliquo modo seiungitur, similiter gymnastica a medicina distinguatur: medicina enim sanitatem, atq. morbum in corpore humano considerans, alterum expellere, alteram comparare, & conseruare nititur: at gymnastica in corpore sano bonum habitum generare, eumq. tamquam sanitatis uel partem, uel caussam conseruantem retinere conatur: & ob id tanta fuit apud ueteres huius existimatio, ut Plato, atque Aristoteles (ne alios quamplures recenseam) eam rempub. haud optimam esse posse

censuerint,

A censuerint, in qua talis ars desideraretur, nec immerito quidem, quoniam si animi semper habenda est cura, neque ille absque corporis auxilio quidquam graue, aut dignum efficere ualet: ita profecto studendum est corporis salubritati, bonoque habitui, ut & animo inseruire, & eius operationes nequaquam impedire, sed adiuuare possit: propter quod in Protagora Plato eum esse claudum appellandum dixit, qui solum animum exercens, corpus ignauia atq. otio consumit. Quantum porro ars gymnastica ad hunc habitum adipiscendum, sanitatemq. tum conseruandam, tum etiam reparandam conferat, ut Platonis, & Aristotelis certissima testimonia praeteream, unum Galenum in medium adducam, qui infinitos prope imbecilles ad bonum habitum reuocasse, & innumeros item alios, ne in morbos laberentur, sola gymnastica conseruasse
B gloriatus est, ut nullo pacto nobis mirandum sit, quod maiores nostri usque adeo corporis exercitationes aestimauerint, ut non tantum publica, eaque praeclarissima exercẽdis corporibus loca, qualia gymnasia, & Romanae thermae fuerunt, exstruxerint, uerumetiam in quibusuis fere priuatis aedibus exercitationibus locus aliquis in id designaretur, & quotidie in usu esset.

Quo tempore, & quo pacto coeperit gymnastica. Cap. V.



VAMVIS Galenus medicorum omnium post Hippocratem princeps eius sententiae fuerit, quod gymnastica ars Homeri tempore nondum reperta esset, sed sollummodo paullo ante Platonis tempora principiũ ha-
C buerit, nihilominus bello Troiano ab ipsomet Poeta descripto semina quaedam illius iacta fuisse, quasiq. primordia eluxisse uerisimile uidetur, nisi quoque fateamur potuisse faciliter multo prius exstitisse, uerum aut non tunc temporis nominatam, neque cultam, & ad regulas, artisq. formam redactam esse, aut scriptores, qui illam ab interitu, & obliuione uindicarent, non habuisse, id quod credere non est penitus absonum, si quod alibi Galenus scriptum reliquit, uerum esse non negamus, cunctos homines ad musicam, atque gymnasticam propensos nasci, nec quidquam reperiri, quod corpus, atque animum hisce duabus magis componere, & ad bonam frugem inducere queat contra Asclepiadas iniustos omnium exercitationum & aestimatores, & damnatores: ut his rationibus gymasticã naturalem homini esse, & iccirco semper exstitisse persuasum habere deceat. Porro quod Homeri tempore artis gymna- Primo de tu. ualet.

sticae

ſticae principia quaedam exſtiterint, facile illi intelligere potuerunt, qui poetae libros lectitantes animaduerterint milites Graecos interdum diſco, lucta, curſu, arcu, & alijs huiuſcemodi, quae poſt ad gymnaſticam facultatem tranſierunt, ſeſe exercuiſſe, ſicuti octauo, & uigeſimotertio Odyſſeae frequenter legitur. Sed quomodo, & quo ordine ad hanc artem deuentum ſit, licet nihil plane explicatum habeamus: coniectura tamen quadam aſſequi poſſumus ex illis, quae Plutarchus in quincto Sympoſiacorum prob. 3. ſcriptis mandauit, ubi tradit, quod certamina prius ſimplicia fuerunt, in quibus ſolum modo uictoriam, atque coronam pro fine habebant, ab his poſtea ad ſacrificia res tranſlata fuit, quando Deo ſacra facturi, populumq. ad feſta accedentem oblectaturi certamina inſtituebant, quae a ſacrificijs demum ad gymnaſia paullatim fuiſſe introducta exiſtimo, quod primis illis temporibus, dum homines temperatam uitam traducerent, perpetuaq. ſanitate fruerentur, illud unum ſtudium habebant, ut ad bella peragenda, hoſtesq. ſuperandos aptiſſimi euaderent: & propterea quando otiabantur, ne prorſus inertia conſumerentur, ſeſe illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam uictoribus praemia ponebantur, quo & illorum uoluptate allecti, & ſpe praemiorum inflammati libentius, atq. accuratius ad acriter contra hoſtes dimicandum diſponerentur: & ob id Homerus ſecundo Iliados in hunc modum finxit.

Λαοὶ δὲ παρὰ ῥηγμῖνι θαλάσσης
Δίσκοισιν τέρποντο, καὶ αἰγανέῃσιν ἱέντες
Τόξοισίθ᾽:

id eſt: *At gentes in litore ponti*
Ludebant diſcis, arcus, & iacula longe
Mittentes:

Et uigeſimotertio:

Αὐτὰρ Ἀχιλλεὺς
Αὐτοῦ λαὸν ἔρυκεν, καὶ ἵζανεν εὐρὺν ἀγῶνα
Νηῶν δ᾽ ἔκφερ᾽ ἄεθλα, λέβητάς τε, τρίποδάς τε
Ἵππους θ᾽, ἡμιόνους τε, βοῶν τ᾽ ἴφθιμα κάρηνα
Ἠδὲ γυναῖκας ἐϋζώνους, πολιόν τε σίδηρον:

id eſt: *Sed Achilles:*
Illic detinuit populum, magnumq. locauit
Certamen, Nauibus haec praemia ſplendida promens
Scilicet & tripodas, labetesq. & fortia bouum
Cum mulis, & equis capita, & quoque corpora lumbis
Feminea accinctus, & albi pondera ferri.

Ex

A Ex quibus & sequentibus omnibus satis perspicuum est, primis illis saeculis exercitationum finem fuisse tum delectationem quandam, & praemia consequendi spem, tum ad bellorum, hostiumq. uictoriam obtinendam agilitatem, atque peritiam. Post ea tempora cum Deorum cultus, & sacrificiorum celebrationes excrescere coepissent, ut homines ad illas confluentes alacrius, & libentius cōcurrerent, hae exercitationes in Deorum celebritatibus institutae sunt, ubi & Dijs, & hominibus gratae reputabantur, fiebantq., & ne exercitatores desiderarentur, praemia, quae homines ad quiduis audendum incitare solent, statuebantur ipsis certaminibus optatiora, atque praestantiora, sicut innuit Aristoteles: in his exercitationibus. quoniam homines praemiorū gratia dumtaxat certabant, quae ἄθλα Graecis dicuntur, exercitatores ἀθληταὶ nuncu- B pati fuerūt, qui & ab Atticis ἀσκηταὶ, ut Erotianus tradit, & a Latinis Athletae, apud quos certamen ipsum ludi nomen obtinuit, quod non solum in Deorum festis, uerumetiam in Amphiteatris, & ante amphiteatra instituta in foro, in priuatis locis ad populum oblectandum huiuscemodi certamina peragebantur, sicuti quoque & apud Graecos ἄθλοι. Nam Olympia Pisis, siue Elidie, & Nemea apud Cleonas: Isthmia in Isthmo ipso, Pythia Delphis apud eos talia fuerūt, quales apud Romanos ludi Capitolini, saeculares, & alij huiuscemodi, in quibus omnibus praeter praemia, ita etiam uictoribus magni honores constituebantur, uti non modo in conuentu stantes cum palma & corona laudes ferrent: sed etiam (utor Vitruuij oratione) cum reuerterentur in suas ciuitates cum uictoria triumphantes quadrigis in moenia, & in patrias inueherentur, C aereq. pub. perpetua uota constitutis uectigalibus fruerentur: at de his cum non sit nobis loquendum, ad rem nostram reuertamur. Dum itaque uita hominum parca fuit, hi soli exercitationum fines exstitere: uerum enimuero crescente luxu, multisq. a longa ualetudine detentis tandem ad reparandam sanitatem, & imbecillitatem curandam, bonumque habitum comparandum exercitationes institui coeptae sunt, quod fuit paullo ante Hippocratis aetatem, quando Herodicus ille (ut scribit Plato) gymnasticam, quae prius in sacrificijs, atque ludis, necnon in bellicis exercitationibus solum auctoritatem, atque locum habebat, medicinae adiunxit: quod mea sententia nil aliud fuit, nisi certamina illa & exercitationes, quae solum pro coronis & praemijs ac militari disciplina assequendis, necnon pro Dijs placandis & hominibus delectandis in usu erant, ad sanitatis conseruandae, & boni habitus cquirendi finem

In 3. partic. prob. 8.

Tertio de repub.

finem traducere, quas postea exercitationes cum primi illi, atque D etiam posteriores gymnastae a medicis & philosophis, ut uerisimile est, moniti mirum in modum corporibus conferre didicissent, alia moderantes, alia addentes, necnon a publicis ad particulares, & propria loca transferentes, tandem regulis quibusdam praeceptis, ac terminis concluserunt, atque ita artem totam pepererunt γυμναστικὴν uocatam ἀπὸ τοῦ γυμνάζεσθαι, idest, ab exercendo, quasi nullus alius finis esset, quam ob habitum corporis bonum obtinendum exerceri. Quamobrem ex his clarum factum arbitror quomodo ars gymnastica principium, incrementa, & statum, necnon quo tempore susceperit. Siquidem primum in bello Troiano dum milites Graeci in arenam ex nauibus descendentes (unde post emanasse prouerbium In arenam descendere opinor) inter se certantes ad bellum exercebantur tunc apparere coepit, artisq. E agonisticae, & gymnicae nomen etiam accepit. Postea ad sacrificia & hominum uoluptates traducta non modo praedicta nomina retinuit: sed etiam athleticae appellationem consecuta est, & apud Galenum uitiosa gymnastica nominata fuit. Demum ad gymnasia, & certos locos pro pueris edocendis pro omnium sanitate tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & sub normis conclusa gymnasticae uere nomen promeruit, quod ante Plauti tempora fuit, apud quem Atticus ille iuuenis Philolaches ita loquitur: Cor dolet mihi, quem scio nunc ut sum, atque ut fui olim, quo neque industrior de iuuentute erat arte gymnastica, disco, hastis, pila, cursu, armis, equo. Verum enimuero haec ars (ut testatum reliquit Marcus Varro) apud Graecos solum in usu uiguit, quamdiu rura colentes Romani & cultura foecundissimos agros F habuerunt, & ipsi ualetudine firmiores exstiterunt: sed postquam crescente desidia in opidis otiari, quam ruri laborare maluerunt, Graecorum urbana gymnasia ita frequentissima extulerunt, ut idem Varro conquestus sit suo tempore uix singula satis fuisse, quae profecto, dum Roma sub Imperatoribus floruit, omnium maxima & speciosissima fuerant: at deinceps Romano Imperio declinante, ceterisq. in peius ruentibus una etiam destructa fuerunt, & simul cum ipsis ars non paruam iacturam passa fuit, quam a Varronis temporibus usque ad Imperij Romani inclinationem in frequentissimo usu habitam fuisse quisq. intelligere potest, qui omnes medicos ea aetate Romae aestimatos passim in morbis curandis & sanis conseruandis exercitatoriam artem adhibuisse ab eorum, quae supersunt, scriptis obseruarit, aut qui Plutarchum

In secundo de re rusti. in prooe.

omnes

A omnes sua aetate exercitationibus occupatos fuisse scribentē lectitarit, quamquam Plinius non omnes exercitationes tunc honesti usus gratia inuectas fuisse, sed nonnullas & peregrinas praesertim ad exercitandam sitim quaesitas esse praedicat. Itaque valde alucinatum fuisse Budaeum puto, qui in suis ad Pandectas adnotationibus Romanos gymnasiorum, & palaestrae exercitamentis minime usos, nulla firma ratione probat. Lib 3. Sympo. prob. 6 Lib. xiiij. cap. 22.

De Gymnasijs Antiquorum. Cap. VI.

GYmnasticam, siue exercitatoriam in certis locis fieri solitam, quoniam supra statuimus, rationi modo consentaneum est, quid loca ipsa, & qualia forent, planum facere. B Nam loca illa nil aliud fuisse, quam gymnasia nuncupata, ex multis, & praesertim ex uerbis Galeni in secundo de tu.ual. scriptis manifesto comprobatur, ubi narrat gymnasium fuisse publicum in separata urbis regione locum exstructum, in quo ungebantur, fricabantur, luctabantur, discum iactabant, aut tale quippiam factitabant, quae loca ita nuncupata fuerunt, quoniam exercitatores ibi, ut plurimum denudabantur. γυμνάζεσθαι enim antiquissima uox etiam denudari significare uidetur, unde Martialis libro tertio.

Gymnasium, Thermae, stadium est hac parte, recede
Exsuimur, nudos parce uidere uiros.

Quamuis etiam quandoq. sub nomine gymnasij omnem locum, ubi exercerentur, comprehensum fuisse reperiatur: sicut postea C haec uox ad alia quoque translata est, quemadmodum apud Iosephum uidere licet, qui in libris de bello Iudaico balnea aliquando gymnasia nuncupata esse demonstrat, ubi de Herode ita loquitur. Namque apud Tripolim, & Damascum, & Ptolemaidem publicas balneas, quae gymnasia dicuntur, Biblide autem exedras porticus condidit. Haec loca a Vitruuio, Celso, Plinio, atque alijs Latinae linguae auctoribus palaestras nuncupari inuenio: Vnde etiam conijcio Vitruuij tempestate in Italia, uel raras admodum, uel nullas exstitisse palaestras, siue gymnasia, quandoquidem is libro architecturae earum aedificationes traditurus Italicae consuetudinis non fuisse praedicit: Nam qui primi gymnasia exaedificasse creduntur, fuerunt Graeci, si credendum est Soloni apud Lucianum, & M. Tullio Ciceroni, qui in secundo de Oratore scribit, gymnasia delectationis, & exercitationis gratia ab ipsis primum

instituta fuisse. Inter Graecos autem primi exstiterunt Lacedae- D
In Anach. dial. mones, sicut Athenaeus ex Ippasi sententia, & Plato in Theaet. & primo de legibus memoriae prodiderunt, quos etiam illa ipsa omnium praestantissima, atque speciosissima construxisse ex Martialis libro primo intelligere licet, ubi hos uersus habet.

Argiuas generatus inter urbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenas,
Aut claram Rhodon, aut libidinosae
Ledaeas Lacedaemonis palaestras.

Quomodo uero Plato in Critia dum Athlanticam illam regiam describit, quam nouem millium annorum interuallo ab aetate sua ante floruisse narrat, ibi gymnasia exstasse scribat, qui Lacedaemonum inuentum illa facit, exacte discernere nequeo, nisi totam illam Critiae narrationem fabulosam credamus. Post Lacedaemo- E
nios Athenienses quoque sua gymnasia erexerunt, in quorum ciuitate tria exstitisse testantur Pausanias, & Suidas, alterum ἀκαδημίαν uocatum, in quo Plato philosophiam suam professus est; alte- In Anach. dial.
rum λυκεῖον, ubi Aristoteles edocuit, quod Apollinis Lycij templum fuisse legitur apud Lucianum; alterum κυνοσαργὲς, ubi nothi, spurij, ac ignobiliores omnes exercebantur: si quidem apud Graecos tanto odio, tantaq. infamia uiles, ac spurij notabantur, ut qui uere legitimi, ac nobiles essent, cum ijs consuetudinem, aut communem sese exercendi locum habere recusarent. Praeter haec tria mentionem facit alterius, quod Canopum uocat, Philostratus in uita Herodis Attici. Dixi in ciuitate Atheniensium tria fuisse gymnasia, quod licet extra urbem essent, erant tamen haud longe aedificata, ut quae prope ualde forent ciuitati, in ea fuisse dici po- F
tuerit. In his etenim mortuos quoque sepeliendi consuetudinem
4. Epist. fam. epist. 12. Graecos habuisse scriptum est apud Ciceronem, cui Seruius se Marcellum interfectum in Academia Atheniensium nobilissimo totius orbis gymnasio sepeliuisse scribit. Quae uero Ligorius antiquitatis totius peritissimus inuenisse scribit in uestigijs Hadriani Imperatoris Tiburtinae uillae repraesentata, Athenaeum, Hermeum, Panathenaicum, minime gymnasia, ubi corpora exercerentur, fuisse puto: sed loca, in quibus aut disciplinarum, & aliarum artium studijs opera dabatur, uel festa aliqua celebrabantur, ut in Panathenaico festa Panathenaica. Corinthum quoque gymnasium habuisse Craneum uocatum, auctor est Laertius libro ter-
In libro de antiq. nominibus. tio. Romani postremi omnium gymnasia palaestras uocata in urbe ad Graecorum aemulationem Varrone auctore aedificare coeperunt:

A perunt: quos tamen ceteros quoscumque tum magnificentia operum, tum inaestimabili pulchritudine in hoc genere antecessisse, ex illis Thermarum ruinis, quae ad hanc usq. diem non sine omnium stupore perdurantia conspiciuntur, facile conuincitur. ne sileam illud, quod de Neronis gymnasio scripsit Martialis lib. vij.

Quid Nerone peius?
Quid Thermis melius Neronianis?

Nam gymnasia tota aliquando Thermas ob aquae calidae usum ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latinae linguae nemo dubitat, sicut etiam interdum Thermae significant eam gymnasij partem, in qua lauabatur, ubi propiugeum, laconicum, & calda lauatio sitae erant, ut ex multis auctorum testimonijs, & praesertim ex Martialis uersibus nuper citatis clare perspicitur. Gymnasium, thermae, stadium est hac parte. His omnibus potest iam B unicuique persuasum esse, quantum in errore uersatus sit (inuitus fateor) Blondus Foroliuiensis conciuis meus, qui in secundo Romae instauratae commentario thermas solum ad lauandi usus institutas fuisse scripsit. Porro ne quis forsan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem, atque Aristotelem in gymnasijs philosophari consueuisse; scire debet in huiuscemodi locis uaria hominum genera conuenire solita fuisse, quae omnia in sequenti capite a nobis sigillatim demonstrabuntur: tanta enim erat huiuscemodi locorum capacitas, tamq. spatiosa amplitudo, ut absque ullo impedimento diuersae, ac fere innumerae exercitationes, & corporum & animorum peragi possent, quemadmodum ex Vitruuij allata descriptione perspicere quiuis mediocriter hac in re uersa-C tus poterit; quam cum in rebus plurimis diuersam ex Octauij Pantagathi viri tempestate nostra summi iudicio in prima editione tradiderimus, nunc ipsa diligentius considerata (ut semper curae posteriores esse meliores solent) castigatiorem, & omnibus Vitruuij uerbis exacte correspondentem exhibemus. ad quod agendum clarissimus Aloysius Mocenicus, Francisci filius, Ioannes Vincentius Pinellus, Melchior Guillandinus, uiri tum ob acre in cunctis iudicium, tum ob singularem eruditionem apud omnes spectatissimi, necnon Andreas Palladius priscae totius architecturae peritissimus non parum adiumento nobis fuerunt. ita ut non uerear, quin hoc pacto doctis Vitruuijque scientiae studiosis probata eueniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaestrae ratio fuit incognita, sic in posterum clara, atq. manifesta futura sit. Immo uero, si Octauius ipse reuiuisceret, non dubito, ut erat

homo ſanctiſsimus, atque doctiſsimus, quin etiam ipſe huic deſcriptioni, & Vitruuij contextui non mutato, ſed in aliquibus tantum melius ordinato libentiſsime ſubſcriberet. Placuit autem duas eius ichnographias proponere, quia auctor & quadratas, & oblongas fieri poſſe docet. D

De palaeſtrarum aedificatione & xyſtis, ex Vitruuio Lib. V. Cap. XI.



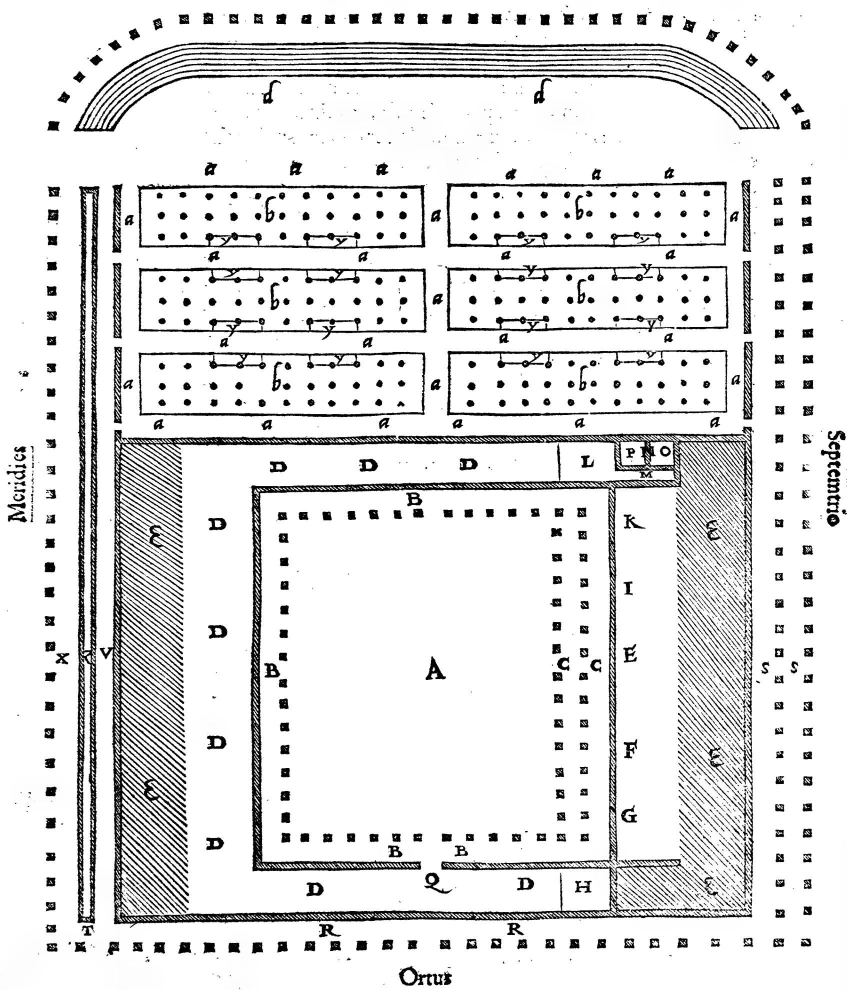
Vnc mihi uidetur (tametſi non ſint Italicae conſuetudinis) palaeſtrarum aedificationes tradere explicate & quemadmodum apud Graecos conſtituantur monſtrare. In palaeſtris periſtylia, quadrata, ſiue oblonga ita ſunt facienda, uti duorum ſtadiorum habeāt ambulationis circuitionem, quod Graeci uocant δίαυλον. ex quibus tres porticus ſimplices diſponantur, quartaq. quae ad meridianas regiones eſt conuerſa duplex. uti cum tempeſtates uentoſae ſunt, non poſsit aſpergo in interiorem partem peruenire. Conſtituuntur autem in tribus porticibus exedrae ſpatioſae habentes ſedes, in quibus philoſophi, rhetores, reliquiq. qui ſtudijs delectantur, ſedentesq́ diſputare poſsint. In duplici autem porticu collocentur haec membra, Ephebaeum in medio (hoc autem eſt exedra ampliſsima cum ſedibus, quae tertia parte longior ſit, quam lata) ſub dextro coriceum, deinde proxime coniſterium, a coniſterio in uerſura porticus frigida lauatio, quam Graeci λουτρὸν uocitant, ad ſiniſtram ephebaei elaeotheſium, proxime autem elaeotheſium frigidarium, ab eoq. iter in propnigeum in uerſura porticus. Proxime autem introrſus e regione frigidarij collocetur concamerata ſudatio longitudine duplex, quam latitudine, quae habeat in uerſuris ex parte laconicum ad eundem modum (uti ſupra ſcriptum eſt) compoſitum. Ex aduerſo laconici caldam lauationem. In palaeſtra periſtylia (quemadmodum ſupra ſcriptum eſt) ita debent eſſe perfecte diſtributa. Extra autem diſponantur porticus tres, una ex periſtylio exeuntibus, duae dextra, E F

atq.

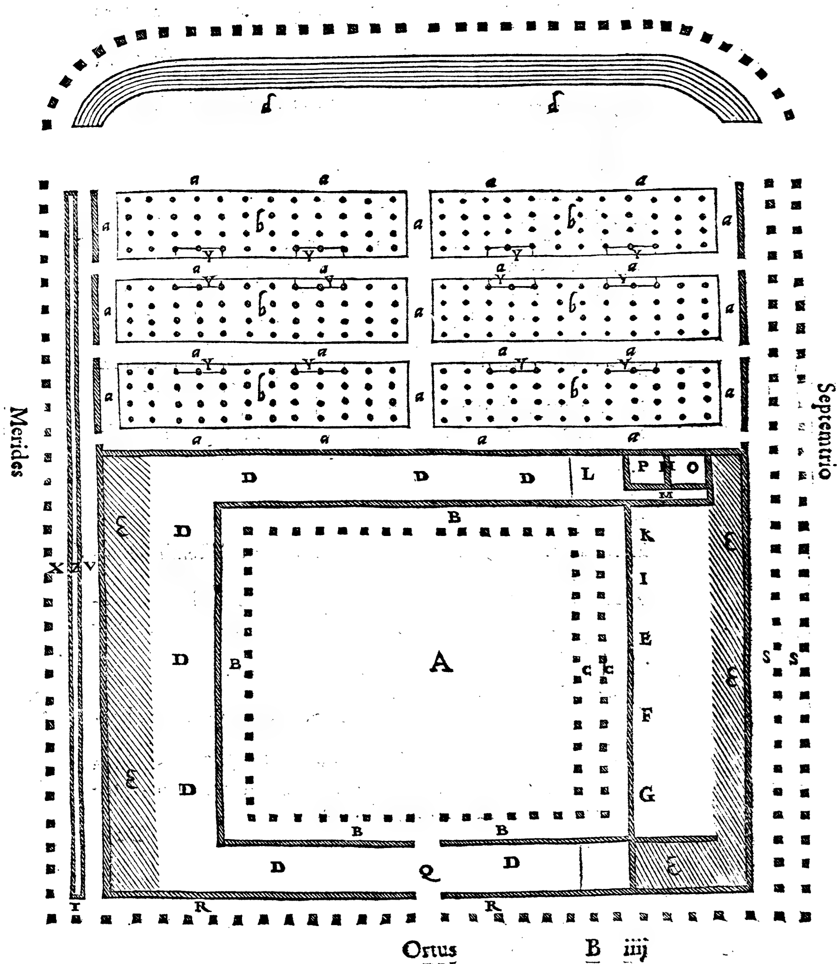
A atq. sinistra stadiatae, Ex quibus una, quae spectauerit ad Septemtrionem, perficiatur duplex amplissima latitudine, altera simplex ita facta, ut in partibus, quae fuerint circa parietes, & quae erunt ad columnas, margines habeant uti semitas non minus pedum denum, mediumq. excauatum, uti gradus bini sint in descensu sesquipedali a marginibus ad planitiem, quae planities sit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui uestiti ambulauerint circum in marginibus non impedientur ab cunctis se exercentibus. Haec autem porticus apud Graecos ξυστὸς uocitatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis stadijs exercentur. Proxime autem xystum, & duplicem porticum designentur hy-
B paethrae ambulationes, quas Graeci περιδρόμιδας, nostri xysta appellant, in quas per hiemem ex xysto sereno caelo athletae prodeuntes exercentur. Faciunda autem xysta sic uidentur, ut sint inter duas porticus siluae, aut platanones, & in his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere signino stationes. Post xystum autem stadium ita figuratum, ut possint hominum copiae cum laxamento athletas certantes spectare. Quae in moenibus necessaria uidebantur esse ut apte disponantur perscripsi.

Figura paleastrae cum peristylio quadrato.

Occasus



Occasus



A Periſtylium in palaeſtra quadratum & oblongum habens am- D
bulationis circuitionem duum ſtadiorum.
B Tres porticus ſimplices.
C Porticus quarta ad meridianas caeli regiones conuerſa, quae
duplex eſt.
D Exedrae in tribus porticibus ſpatioſae, in quibus philoſophi,
rhetores diſputabant.
E Ephoebeum, ideſt exedra tertia parte longior quam lata.
F Eoriceum a parte dextera.
G Coniſterium.
H Frigida lauatio in uerſura porticus.
I Elaeotheſium ad ſiniſtram ephoebei.
K Frigidarium.
L Iter in propnigeum in uerſura porticus. E
M Propnigeum.
N Concamerata ſudatio introrſus e regione frigidarij longitudine duplex quam latitudine habens { ex una parte P laconicum; ex altera O calidam lauationem }
Q Exitus e periſtylio
R Porticus extra palaeſtram prima exeuntibus.
S Porticus ſecunda ſpectans ad ſeptemtrionem duplex ampliſsima latitudine, & ſtadiata.
T Porticus tertia ſimplex ita facta ut habeat.
V Margines circa parietes.
X Margines ad columnas.
Z Medium excauatum uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſqui- F
pedali.
α Hypetrae ambulationes proxime xyſtum, & duplicem porticum, quae a Latinis xyſta, a Graecis παραδρομίδες uocabantur.
β Siluae uel platanones inter dictas duas porticus.
γ Stationes ex opere ſignino.
δ Stadium ita figuratum ut poſſent hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare.
ε Loca de quibus etſi non meminerit Vitruuius, fuiſſe tamen in palaeſtra neceſſe eſt ut lignarium, aquarium, uaſarium, latrinae miniſtrorum cellae, & ſimilia.

A *De uarijs hominum generibus, quae in gymnasijs conueniebant. Cap. VII.*



TAnta, adeoque uaria hominum in gymnasijs conuersantium erat multitudo, ut, referente Galeno, saepenumero inter ipsos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & insuauis clamor, de quo conquerebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore suo testatur fieri solitũ, his uerbis apud Nonium: Ita uti soliti Romae eramus, in balneis plodere coepimus, & murmurari. Sed ne singulos enarrando nimis a proposito recedam, praecipua quaedam ipsorum genera persequar. Primum itaque genus in gymnasijs conuersantium erant Philosophi, Rhetores, reli-
B quiue, qui studijs delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, interseque disputabant, sicuti Iuuenalis his uersibus demonstrat, quibus Rhetoris & praeceptoris condiciones exponit:

10. meth.

Epist. 57.

Sed uos saeuas imponite leges,
Vt praeceptori uerborum regula constet,
Vt legat historias, auctores nouerit omnes,
Tamquam ungues, digitosq. suos, ut forte rogatus
Dum petit, aut thermas, aut Phoebi balnea dicat
Nutricem Anchisae nomen, patriamq. Nouercae.

Saty. 7.

Et sicuti etiam Galeni testimonio comprobatur, qui Theagenis cuiusdã philosophi Cynici in Traiani gymnasio quotidie publice disputantis mentionem facit: Tria enim fuisse Romae loca in quibus litterariae exercitationes obirẽtur, ex uarijs Galeni libris cog-
C noscitur, templum pacis antequam conflagraret, gymnasia publica, & ἀκουστήρια. Inter quae scholam medicorum appellatam si quis recenseat mea sententia a uero non errabit. fuit autem ea in Esquilijs aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus ornatissima, ut ex ruinis illius partis a pluribus, & praesertim a Ligorio obseruatum fuit. Quid potissimum in hac schola fieret, nondum apud quemquam legi. At existimo praeter dispositiones, & alia medicinae studiosorum exercitia simile quid tractari solitum fuisse, atque nunc in collegijs uocatis fit, quando & scholam eiusmodi proprios tabularios habuisse, ostendit marmor cum hac inscriptione Romae ad D. Sebastiani repertum.

13. Meth.

In lib. de libris pprijs

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO
SCHOLAE. MEDICORVM

M.

M. LIVIVS. EVTYCHVS D
ARCHIATROS. OLL. D. II
IN. FR. PED. IIII

Alterum genus erat Adolescentes, qui ut exercitationum obserua
tiones, atq. modos addiscerent, ad gymnasia accedebãt, ubi a gym-
nastis ipsis quascumq. cupiebant exercitationes, edocebãtur; Ado-
lescentes liberos palaestrã ediscere solitos fuisse facile cõuincitur ex
In Eunucho. illis Parmenonis apud Terentiũ uerbis, quibus ille Chereã sub for-
ma Eunuchi Thaidi offerens ait, Fac periculũ in litteris, fac in palae
" stra, in musicis, quae liberũ scire aequũ est adolescẽtem, sollertẽ da
" bene id quod clarius infra demõstrabo. Tertiũ genus erant Athletae
qui ibi se exercebant, ut in publicis ludis, seu in sacris certamini- E
bus possent & populum delectare, necnon uictoria ac praemijs po-
tiri. & quod hoc fuerit, praeter Vitruuij auctoritatem Suetonius cla
rissime demonstrat dũ refert Neronẽ quandoq. gymnasiũ ingredi
solitũ, ut certãtes athletas spectaret. Quartũ genus erant omnes illi
siue nobiles, siue ignobiles, qui uel militaris disciplinae, & fortitudi
In 1. de artic. nis, uel tuẽdae sanitatis, & boni habitus cõparandi gratia uarijs ex-
ercitationũ generibus incumbebant. atque inter hos Galenum no
strum numerare possumus, cum scribat se anno aetatis suae trigesi-
mo quincto passum fuisse luxationem summi humeri in palaestra.
Quinctũ genus erat eorũ, qui fabricabãtur, licet enim frictiones fie
rẽt a multis ante reliquas exercitationes, nihilominus multi quoq.
2 de tu. ual. siue ulla exercitatione seorsum ab alijs, ut de Vespasiano tradit Sue
tonius, solum fricabãtur, quod intelligi potest ex Galeno frictionẽ F
ad exercitationes praeparatoriã a reliquis distinguẽte. Sextũ genus
erant, qui lauabantur, atq. hi erant tũ nobiles, tũ ignobiliores. Hoc
tamen intererat, quod diuites, atq. primates labra, & colymbithras
proprias in cellis alioqui cõmunibus habebãt, ubi soli diuersis tẽpo
ribus lauabantur, multi erant qui etiã solia uel lignea, uel argentea
(quod recitat Plinius) secũ ferrẽt, ne pedes nudos collocarẽt ubi ui
lissimi quiq. ponebant, quãuis etiã referant nonnulli Hadrianum
imperatorẽ lauari solitũ, ubi plebs lauabatur quod & Titũ Caesar.
fecisse scribit Suetonius. Qui uero dumtaxat ungerentur nulli in
gymnasijs reperiebantur, quoniã uel exercitationum uel balnearũ
gratia ungebantur. Ab his postremo omnibus non pauci spectato
res (ne ministros, de quibus infra loquemur, nunc recenseam) in
gymnasijs conueniebant, qui non ob aliud, nisi ad uidendos exerci

tatores

A tatores ut pote otiosi & nullis negotijs occupati eo accedebāt Quo in loco id etiam animaduertendum censeo, diebus festiuis gymnasia magis frequentata fuisse, quando artifices, aut alijs seruitijs detēti otiantes in illis ob remittendos labores, & uoluptatem capiundā uersabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uersarētur, quemadmodū uiri, nil certi affirmare ausim, nisi quod Romanā maiestatē illud dedecuisse uidetur, facileq. fieri potest, ut impurae aliquae & spectandi, & ludēdi gratia, quod Iuuenalis, & Martialis innuūt, publice uersarentur in gymnasijs, necnon in locis separatis, quae ibi lauādis feminis solis exstructa essent, perinde ac in priuatis balneis honestae mulieres lauarētur tā ignobiles & mediocri loco natae, quā illustriores, cū de Poppaea Domitij Neronis uxore referat Plinius, quod ad augendū cutis candorē quingentas asinas Lib. 11. ca. 41.
B fetas per omnia secum trahebat, & balnearum etiam solio totum corpus illo lacte macerabat: quod intellexit Iuuenalis dum scripsit.

aut pinguia Poppaeana. Sat. 6.
Spirat &
Incipit agnosci, atq. illo lacte fouetur

Propter quod secum comites educit asellas, in quem dealbādi corporis usum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphronitrumue in balneis usurpasse meminit Galenus. Atqui Spartanorum mulieres una cum uiris in palaestris exerceri se consueuisse, praeter alios, satis testatum facit Propertius libro tertio 1. de alime. fac.

Multa tuae Sparte miramur iura palaestrae,
Sed mage uirginei tot bona gymnasij,
Quod non infames exercet corpore ludos
C *Inter luctantes nuda puella uiros,*
Cum pila ueloces fallit per brachia iactus,
Increpat & uersi clauis adunca trochi,
Pulueruleníaq. ad extremas stat femina metas,
Et patitur duro uulnera pancratio,
Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris
Missile nunc disci pondus in orbe rotat.

Neq. de hoc Spartanorū more quisquam mirari debet, quando & Plato in quincto de repub. grauissimis argumentis probauit ad felicem rerum publicarum statum maximopere conducere, si mulieres tam iuuenes, quam seniores una cum uiris nudae in palaestris, atq. gymnasijs exerceantur, quod an sapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiamue ex consuetudine consequendam, ut Platoni in animo erat, conferret, non est locus examinādi.

De

De Gymnasiorum diuersis partibus. Cap. IIX. D


ITRVVIVM qui Augusti Caesaris aetate floruit, solum palaestras graecas tradidisse ex ipsius uerbis cõstat, quãdo nondũ Romani Imperatores suas exstruere coeperant, quas postea exstructas sicuti in multis Graecorũ gymnasijs similes fuisse probabile est, ita pariter uerisimile fit Romanos (ut solet esse posteriorum in excolendis rebus mos) plura suis addidisse, quae uel Graecos latuerant, uel parũ ab illis aestimata fuerant: Quocirca partes gymnasiorũ magis principales explicaturus haudquaquã solas a Vitruuio significatas in medium afferã, sed illas nullo situs ordine seruato enarrabo, quas dispersim ab Auctoribus traditas inuenio, quasue rei ipsius ratio expostulare uidetur in Graecis, atq. Romanis palaestris exstitisse: quãquã Vitruuij auctoritatem numquã multi faciendã existimaui, nempe quẽ παρα- E δοξόλογον & sua aetate minime aestimatũ puto, quod enim ab Augusto nullis egregijs Fabricis, nisi solis Balistis praefectus fuerit, quãdo scilicet in urbe & extra urbem magnifica aedificia exstruebatur, quod etiam a nullo fere posteriore auctore nominatus inueniatur, praeterquam in capitum Plinij librorũ catalogo, qui ab aliquibus minime Plinianus, uel saltem adulteratus putatur, magnã certe ipsius existimationis suspicionem merito parit. Ergo primae gymnasiorũ partes fuerunt porticus exedris siue cubilibus apertis plenae, in quibus philosophi, & rhetores, mathematici, & omnis deniq. disciplinarum amatores disputando, legendo, ac docendo exercebantur: atq. has non longe ab alijs admodum sitas fuisse conijcere possumus tum ex ipsa figura, tum ex prouerbio inde nato (Discũ quã philosophũ audire malunt) quod in eos dicebatur, qui in eodẽ gymnasio inter philosophos sedentes, atq. inde discorũ crepitus audientes relicta sapiẽtiae schola ad proximũ certaminum locum erumpebant. F In exedris philosophorum adolescentes atq. pueros illos, qui disciplinarum studijs operã nauabant, uersatos esse rationi consentaneum est: quod essent illae ueluti scholae quaedã, & possent facillime post animorũ exercitationes corpora ad sanitatem, uel fortitudinẽ iuuenes & pueri exercere, subindeq. lauari. exstat enim Lampridij auctoritas, Alexandrũ Seuerũ post lectionem operam modo palaestrae, modo sphaeristirio, modo cursui, modo lenibus luctis dedisse, mox balneum introiuisse. Inter has adnumero quoq. medicorum scholas. Secunda pars erat Ephebaeum, ubi mihi uerisimile apparet eos conuenire, atq. de praemiis, & exercẽdi genere pactio-

nes

A nes facere ſolitos, qui ſimul exerceri, ac certare uolebant: quãquã ſciã Philandrũ eius opinionis fuiſſe, quod in Ephebaeo puberes exercerentur. qua in re ipſum ualde melius ſenſiſſe exiſtimo, quam Gulielmum Choulũ, qui in ſuo de antiquorum exercitationibus libro in Ephebaeo iuuenes ſtudendi gratia ſediſſe ſcriptis mandauit. Vtrum uero apud Romanos, qui cum uiris ante decimum ſextum annum pueros commercium ullũ habere uetabant, hoc uerũ fuerit, affirmare non auderẽ. Neq. item negare poſſumus, Galeni tẽpore, pueros exerceri in palaeſtra conſueuiſſe, cũ is cuiuſdã aegritudinis, quã Commodus puer atq. Imperatoris filius in palaeſtra acquiſiuerat, mẽtionẽ faciat: & praeterea in ſecũdo de tu. ual. ſic ſcribat: ὅυτω δὲ καὶ ὅσ τις ἀναῤῥιχᾶται διὰ σχοινίου καθάπερ ἐν παλαίστρᾳ γυμνάζουσι τοὺς παῖδας εἰς εὐτονίαν παρασκευάζοντες. i. Sic autẽ, & qui- In lib de ꝑ cogni. ad Poſthu.
B cumq. per funem ſcandit quemadmodum pueros in palaeſtra exercent, eos ad robur praeparantes. Ex quibus uerbis pueros in palaeſtris exerceri ſolitos fuiſſe ſatis conſtaret, niſi id quoq. Plautus in Bacchidibus apertiſsime teſtatus eſſet, vbi Lydus Piſtocleri paedadogus patrum erga filios ſui temporis indulgentiam taxans de anteacti temporis moribus ita loquitur.

Nego tibi annis uiginti fuiſſe primis copiam
Digitum longe a paedagogo pedem ut efferres ex aedibus
Ante ſolem exorientem niſi in palaeſtram veneras
Gymnaſii Praefecto haud mediocres poenas penderes:
Idq. vbi obtigerat, hoc etiam ad malum arceſſebatur malum
Et diſcipulus, & magiſter perhibebantur improbi.
Ibi curſu, luctando, haſta, diſco, pugilatu, pila
Saliendo ſe exercebant magis, quam ſcorto, aut ſauijs.

C Vnde mihi cõijciendũ uidetur pueris ſummo mane palaeſtrã adeũdi praeceptum fuiſſe, ut uirorum, qui tunc non aderant, commercium uitarent, atque etiã litterarum ſtudijs incumbendi otium ſupereſſet. etenim non defuiſſe qui pueros nudos uidere, & nefandũ eorũ amorẽ ſibi conciliare ex palaeſtris ſtuderent facile ex amatorio Plutarchi libro colligitur. Tertia pars erat Coriceum, qui locus (ut mea fert ſententia) pro denudandis hominibus, qui uel exerceri, uel lauari, uel utrũq. agere uolebant, inſeruiebat, alias a Graecis ἀποδυτήριον, & a Galeno γυμναστήριον uocatus. Niſi enim Coriceũ apud Vitruuiũ talem locum ſignificat palaeſtras ab ipſo deſcriptas abſq. hac parte omniũ maxime neceſſaria exſtitiſſe dicendũ eſſet, quam nedũ in publicis gymnaſijs, uerum etiam in priuatis affuiſſe credo, ſi quidẽ Plinius Caecilius in deſcriptionibus uillae ſue Lau- Lib. 2. & 5 Epiſt.
ren-

rentinae ac Tuſcorũ apodyteriũ inter alia adnumerat: unde illorũ D ſententias probare nequeo, qui Coryceũ in Vitruuij textu legendũ putarũt a coryco pilae ſpecie, quaſi ibi ludus talis ageretur, aut couriceũ pro tonſtrina, aut coriceum tãquã in eo puellae, & uirgines κοράι a Graecis uocatae exercerentur. Quarta pars erat eleotheſiũ a Iulio Polluce ἀλειπτήριον, a Caecilio Plinio unctuariũ uocatũ, atque in iſto luctaturi, & alias exercitationes, uel balneas inituri ungebãtur, redungebanturq.. Sed, quoniã opportunitas rei poſtulare uidetur, ut de hoc gymnaſtico ungendi munere uerba faciã, neque Metrodori Scepſij περὶ τῆς ἀλειπτικῆς, id eſt de ungendi ratione citatus ab Athenaeo liber hodie exſtat, quattuor ego dicã: primum, quando, & qui ungerentur: ſecundum, quae eſſet unctionis materia: tertium, cuius finis gratia ungerentur: quartum, quo modo, & a quibus unctio adminiſtraretur. Illi qui uel loturi uel ſeſe exercitaturi in gymnaſium ueniebant, maiori ex parte ſpoliabantur in apodyterio: poſtea horum nonnulli, & praeſertim qui uel luctam, uel pancratium inire intendebant, (nã pugilatores, curſores, ac alij multi unctione non egebant) alipteriũ ingredientes ungebantur, atque ita uncti ad locũ, ubi erat puluis, de quo loquar inferius, tranſeuntes puluere conſpergebantur, ſicq. deinceps in exercitationes diuerſas diuerſi prodibant: poſtquam uero ſeſe, quantum libuerat, exercuiſſent, iterum ad unctuarium reuertentes ibi a Mediaſtinis, & Reunctoribus ſtrigilibus ferreis, de quibus Martialis, E

Li.2.epiſt.

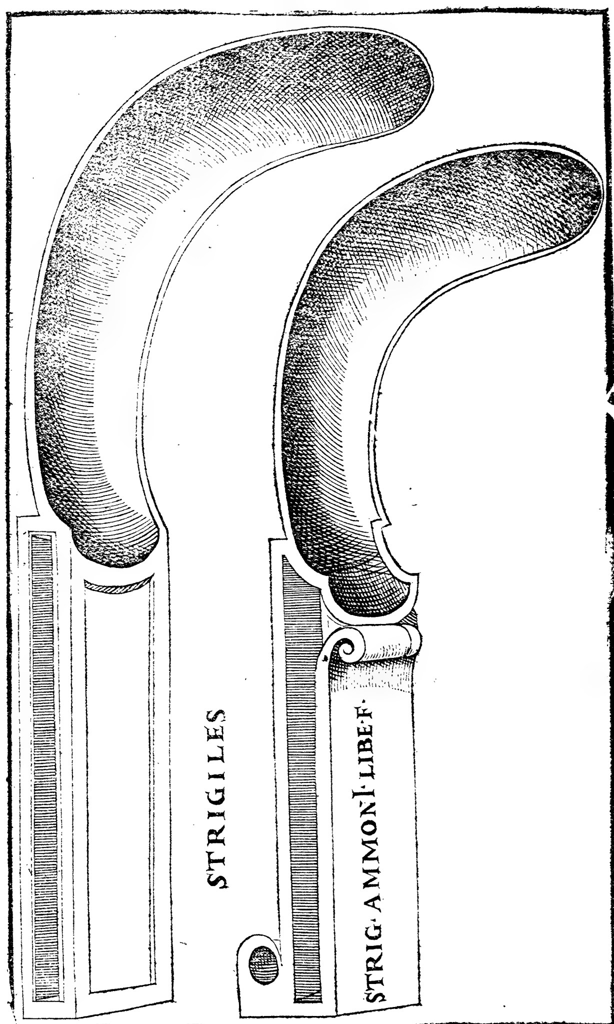
Pergamus has miſit curuo diſtinguere ferro,
Non tam ſaepe teret lintea fullo tibi,

detergebantur, in qua deterſione oleum, puluis, & ſudor, quae deradebantur, ſimul mixta in uſum medicum adſeruabantur, & ab Atticis κονίσαλος, ab alijs uero πάτος uocabatur, ut ex Dioſcoride, Plinio, Galeno, & Aetio faciliime confirmari poteſt: tametſi Auicennas libro ſecundo faciat mẽtionem etiam ſudoris ſicci athletarum, quem puto fuiſſe illum, cui neq. oleum, neque puluis inerant. & quamuis Galeni aetate ſtrigiles adhiberentur ad balnei uſum, nihilominus balneorum ſtrigiles plerumque ſpongiae erant, uel linei, neque communiter ſemper adminiſtrabantur, ſed quiſque proprium ſecum gerebat, & praeſertim quicumque communia cum alijs inſtrumenta habere fugiebat, ut inſinuat Perſius Sat. v. F

Lib.1.c.3. Lib.34.c.8 Li. de ſim. me.81.&4. de tu. ua. Libro.5. & 10. de ſim. med. & lib.2.c.17.

I puer, & ſtrigiles Criſpini ad balnea defer.

Ferrei autẽ erant, uel aurei, uel argẽtei, uel cornei, uel eburnei uel aerei, quibus ſtrigmenta, & ſordes exercitatorum a corporibus radebantur. Aerei ſtrigiles erant, quorũ pictura hĩc ponitur, quiue olim inter Traiani Imperatoris thermarum ruinas inuenti ſunt.


STRIGILES
STRIG·AMMONI·LIBE·F·

Detersi tandem iterum diligentiores aliqui ualetudinis, aut delicia- D
rum gratia ungebantur, & nonnumquam inuncti balnea ingredie-
bantur, sed post egressi denuo ungebantur modo simplici oleo,
modo uarijs odoribus condito, modo diapasmate ad coercendos
li. 21 c. 19. sudores, ut scribit Plinius, adeo quod uaria erant ungendi tempo-
ra, interdum post balnea, quod Homeri temporibus obseruatum
legimus, ut in 3. Odys. Αὐτὰρ ἐπεὶ λοῦσέν τε καὶ ἔχρισε λίπ' ἐλαίῳ, id
est, Postquam lauit, & pingui oleo unxit. & lib. 4. iterumque 17.
τοὺς δὲ ἐπεὶ δμωαὶ λοῦσαν, καὶ χρῖσαν ἐλαίῳ, idest, Hos autem post
quam famulae lauerunt, & unxerunt oleo: interdum quoque an-
te, sicuti refert Galenus vj. de ualetudine conseruanda. De Archi-
mede quaedam apud Stobaeum scitu digna leguntur: eum s. aba-
co incumbentem, & figuras quasdam ducentem a famulis ui ab-
stractum ungi solitum fuisse, atq. ipsum in corpore ita uncto figu- E
ras mathematicas saepe designare consueuisse. Materia unctionis
pro exercitandis uaria fuit. Aristotelis tempore, & oleo simplici, &
aqua mixto ungebantur: Is enim quincta problematum particula
scripsit, iccirco aquam oleo admixtam, quando exercitatis adhibe-
tur, magis lassitudinem tollere, quam oleum simplex, quoniam
ita interius penetrãs exsiccata membra humectat. auctor est Plinius
Lib. 15. c. 4 Graecos uitiorum omnium genitores oleum primos in gymnasia
inuexisse, de quo dicebat Anacharsis Scytha esse insaniae pharma-
cum, quoniam eo peruncti athletae insanirent. Butyrum quoque
apud nonnullas barbaras nationes, quibus deerat fortasse oleum,
interdum pro ungendis exercitandorum corporibus in usu fuisse
li. 11. ca. 14. & lib. 28. c. 9. 3 de alimẽ. fac. c 15. testatum reliquit Plinius, & post ipsum Galenus: fuit & aliud mix-
turae genus posterius inuentum ex oleo, puluere & cera commix- F
tum, quo ungebantur: atque illud ceroma a Plinio uocatum inue
nio, quo iuuentutem Romanam corpora exercendo uires animo-
rum amisisse dicit: sicut & apud Martialem libro quarto:

Seu lentum ceroma teris & *libro V.*
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis. & *lib. VII.*
Et castigatum Lydiae ceroma palaestrae.

Scribit item Plinius oleum in gymnasijs condiri odoribus, sed uilis-
simis consueuisse. Quae omnia de unctionibus ante exercitationes
adhibitis intelligi debent: cum post exercitationes, & post balnea
infinita prope uariorum odoribus conditorum unguentorum ge-
nera tradantur adhibita: quae soli lasciuiae atque libidini inseruie
bant. atque haec a Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quã
do scripsit, Solonem uetasse seruis unctiones siccas, atq. puerorum
amo-

A amorem, non item mulierum coniugium, nisi potius unctiones extra balnea factas, seu diapasmata intellexerit. Quo fine demū praedictis unctionibus gymnasia adeuntes ungerentur, diuersa ab auctoribus tradita inuenio. Hippocrates in 3. de diaeta memoriae mandauit terrarum puluerem oleo admisceri solitum, ut suo frigore, & siccitate olei aestum, & humiditatem temperaret. Alexander in 1. Probl. uolumine scripsit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi consueuisse, ut membra emollita labores sine rupturae ullius periculo sustinerent. quam sententiam secutus est quoque Lucianus in dialogo, περὶ γυμνασίων. Lucanus uidetur sensisse luctatores puluere sese conspergere solitos fuisse, ut corpora fortiora redderentur. De Hercule namque & Anteo sermonem faciens ait. Prob. 119.

B *Auxilium membris calidas infundit arenas.*

Plutarchus in libello de primo frigido huius sententiae fuisse uidetur, quod athletae in unctionibus puluere uterentur tum ad refrigeranda calefacta corpora, tum ad cohibendum sudorem, ne tantopere delassarentur. Ego autem cum Luciano existimo potissimū usum pulueris exstitisse, ne oleo manus laberentur, sed facilius exercitatores sese comprehendere ualerēt, neue sudore diffluerent, aut uenti corpora aperta ingrederentur. atque hac de caussa a Martiale puluis ille ἁφή uocatus fuit, ut ibi (flauescit aphe) unde si qui aduersarios perunctos, & sine puluere certantes uincebant, maiori gloria digni habebantur, qualis fuit apud Plinium Dioxippus, & Dioreus apud Pausaniam, ἀκονιτί nomen promeritus. cuius rei mentionem fecit Horatius, ita ad Maecenetem scribens.

C *Quis circumpagos, & circum compita pugnax*
Magna coronari contemnat olympia, cui spes,
Cui sit condicio dulcis sine puluere palmae? lib. 1. epist. 1.

Ex quo satis mirari nequeo Budaeum, uirum sane doctissimum, qui in suis ad Pandectas adnotationibus hoc non uiderit, malueritque, ἀκονιτί, idest, ἄνευ ἀγῶνος, seu sine certamine dictū esse. Alij sunt, qui credant oleo exercitatores unctos ad arcenda frigora, & leuandas lassitudines. Galenus sentit oleum tam ad exsoluendam praeteritam lassitudinem, & futuram mitigandam, quam ad praeparandum ad motus conduxisse. quibus ceram additam cum Galeno opinor, quo oleum alioqui fluxile diutius adhaereret. Quae uero post balnea adhibebantur unctiones, nemo dubitat inseruisse, ne humiditas in balneis acquisita euanesceret, neue reseratis a balnei calore meatibus natiua caliditas exspiraret. quamquam 6. de tu. ual. c. ult.

etiam aliqui delicatiores uoluptatis & lasciuiae gratia odoriferis D
unguentis, aut sicci diapasmatis ad comprimendum immoderatum sudorem, ut scribit Plinius, post balineas ungebantur, de quibus Martialis.

Quid quod olei grauius mixtum diapasmate uirus.

li.13.c.2.& li.21.ca.19. lib.1. Ceterum quo modo ungerentur, nil certo definitum inuenio: est tamen ualde probabile, nonnullos, cum prius seipsos fricassent, manibus proprijs hoc egisse, aut alterum ab altero uicissim unctum, quod Lucianus in Gymnasijs scribit; licet etiam a seruis gymnasticis, atque reunctoribus uocatis ungerentur: qui & ipsi prius ad maiorem unctionis penetrationem fricantes tandem uniuersum corpus modo leniter, modo secus prementes perungebant, &, prout temporis constitutio postulabat, alias tepidum, alias calidum, alias frigidum linimentum applicabant: atque haec omnia ut pluri- E
mum in Alipterio fiebant: Prope quod erat Conisterium, Polluci κονίστρα uocatum, quincta gymnasij pars, in quo positus puluis conseruabatur, ut possent uncti statim illo conspergi. Ex uarijs regionibus in hunc usum pulueres aduectos legimus, sed duo palmam habuerunt, Puteolanus, de quo Sidonius Apollinaris,

Namque Dicarcheae translatus puluis arenae,

& Aegyptius, quē Romā in hunc usum aduehi solitū refert Sueto-
lib.35.c.15. nius in Nerone, quemadmodū & Patrobiū Plinius tradit Neronis libertum ex Nilo arenā tenuissimam non multū a Puteolano puluere distantem ad debellanda corpora palaestrae e studijs aduexisse, eandemq. a Leonato Cratero, & Meleagro Alexandri Magni ducibus cū reliquis militaribus cōmercijs portatā. cui forsan haud absimilis illa erat, de qua Ouidius Acheloi pugnā describens loquitur. F

Inquies uicem fuluae tractu flauescit arenae.

Nam & Martialis Philenim irridens, quod Palaestritarum exercitationes iniret, dixit ipsam flauescere hac arena, quam aphem ab illo uocari diximus, quoniam contrectationibus exercitatorum inseruiebat. ἀφὴν namq. tactum significare, nemo nescit.

De Palaestra, & alijs Gymnasij partibus. Cap. IX.

ACTENVS quinque Gymnasij partes, quae etiam in palaestra graecorum a Vitruuio descriptae inueniuntur, Philosophorum exedras, Ephebaeum, Apoditerium, unctuarium, & conisterium explicauimus: nunc ceteras partim ab eodem praetermissas, & ab alijs indicatas, partim

A tim ab ipſomet explicatas proſequemur. Erat itaque ſexta pars locus quidam palaeſtra uocatus, ubi (dicebat Lydus ille Plautinus) curſu, luctando, haſta, diſco, pugilatu, pila, ſaliendo ſe exercebant magis, quam ſcorto, aut ſauijs, & ubi ſcribit Galenus has exercitationes peragi ſolitas luctam, pugilatum, appenſionem manibus ad funera ſtare pedibus & manibus in pugnum uinctis, easq. alteri aperiendas porrigere, pondera manibus attollere, & ita perſiſtere, quod genus halteres uocatum eſt, ſciamachia, & armorum pugna: Galeno uero aſſentiens Oribaſius Pergamenus faſſus eſt non modo has, ſed & alias ſexcentas fuiſſe palaeſtrae exercitationes. Vnde animaduertendum eſt, palaeſtram apud utriuſque linguae auctores multa ſignificare, primo totum ipſum gymnaſium, ut eſt uidere penes Vitruuium, ſecundo, locum quemcumq. exercendis corB poribus idoneũ, quo pacto locutus eſt Cicero in Epiſt. tertij lib. ad Q.F. prima, &.2. de legibus, dum uillam ſuam Arpinatem deſcribens palaeſtram ibi nominat, necnon Virgilius quincto Aeneidos. In Bacchidibus. 2. de tu uale. ca. 9.

Pars in gramineis exercent membra palaeſtris,

& Geta apud Terentium in Phormione, ubi dixit, Eccum a ſua palaeſtra exit foras. Tertio certam gymnaſij partem, in qua ex ſententia Plauti, Galeni, & Oribaſij tot exercitationes factas praediximus, & cuius parietum ſordes collectas in panno applicatas furunculos maturare ſcripſerunt Plinius, & Theodorus Priſcianus. in qua ſignificatione accepiſſe Catullum puto, ubi dixit 6. collec. c. 14. De Berecithim. li.1. ca. 36. li.5 de ſim. med. lib 1. de legibus.

Albero foro, palaeſtra, ſtadio, & gymnaſiis?
Miſer ah miſer. & Afranius ſcribens,
C *Etiam depellis mihi manum per palaeſtricos*, ideſt,
Palaeſtrae uſum (ut ait Nonius) callentes. lib. de claris Orat. lib. nat. hiſto. 27. c 4

Quod autem a palaeſtrae muris, ſtatuis, atque columnis ſtrigmenta quaedam a puluere, & luctantium corporum contactu ibi factae abraderentur, & in uarios medicinae uſus ſeruarentur, abunde teſtati ſunt Dioſcorides, Plinius & Galenus, quae ſtrigmenta quandoq. a ludorum magiſtratibus octingentis ſeſtertijs uendita fuiſſe tradit Plinius. Inuenio quoque exercitationem ipſam palaeſtrarũ interdum palaeſtram uocari, ſicuti quandoq. M. Tullius pro palaeſtra actiones ordinate, & uenuſte factas metaphorice intelligere uiſus eſt auctoritate Lucilij, cuius hic uerſus legitur apud Porphyrionem, *Iudicis Hortenſi eſt ad eam rem nata palaeſtra*, nec non Plato in Charmide pro Taurei palaeſtra locum ſignificauit ubi uiri docti ad colloquendum diſputandumq. conueniebant. Ad haec Prob. 4
Plutarchus in ſecundo ſympos. palaeſtram uocatum ſcribit locum,

ubi athletae exercerentur, & in quo solum lucta, & pancratium D
non cursus, non pugilatus agerentur. quemadmodum & Galenus quandoque palaestram nuncupauit, ubi athletae solum, & crassitudini corporis studentes exercerentur: Forsan autem dubitauit aliquis an in palaestra hac puluis stratus esset, quoniam Galenus ipsam
2. de tu. ual. cap. 9. a loco, ubi puluis erat, separasse uidetur hisce uerbis: ἀλλὰ τὰ μὲν
" τοιαῦτα καὶ χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύναται γίγνεσθαι
" καθ' ὁτιοῦν χωρίον ἐπίκροτον ὀρθῶν ἑστώτων. ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς
" ἀλλήλους δρῶσιν ἀσκοῦντες τὸν τόνον, ἤτοι κόνεως βαθείας, ἢ πα-
" λαίστρας δεῖται: idest: Sed & haec absque palaestra, & alto puluere in quocumque loco conculcato erectis stantibus fieri possunt: quae uero lucta inter se contendentes agunt robori acquirendo incumbentes, uel alto puluere, uel palaestra opus habent. Cui ita responsum uolo, etiam in palaestra fuisse stratum puluerem, sed humilẽ, E
ac modicum, ita quod duo fuerint loca puluere strata, alterum palaestrae, alterum extra palaestram: in illo puluis humilis, in hoc altus & copiosus esset: cuius pulueris in utroque usus erat, tum ut certantes firmius contenderent, neque pedibus laberentur: tum etiã ut qui in terra deijciebantur, minus laederentur: At altus puluis hoc amplius habebat, quod dum homines in illum pedes alte figebant, maiori conatu, ac ui ad eos tollendos opus habebant, atque inde robur maius comparabant. Quae omnia significauit Lucia-
lib. 11. de usu partiũ. & li. d cau sis procatarticis. nus in libello de exercitationibus. de hoc enim alto puluere locutum puto Galenum, ubi scribit se uidisse athletas, saepius, ne a puluere suffocarentur, periclitantes, & ubi Adolescentem quendam narrat exconcitato motu per loca profunda, & arenosa facto ualde exsiccatum ad gymnasium se contulisse: quod ex ijs esset, qui F
illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerceri uellent. Quod palaestra quoque dicta sit ars Oratores in actionibus exercendi, ut probare in suis ad Pandectas adnotationibus conatur Budaeus, sane non uideo. Septima gymnasij pars fuit sphaeristirium, ubi uariae exercitationes, & praesertim cũcta pilae exercitia, quae
lib. 2. c. 4. plurima exstitisse infra demonstrabimus, frequentius, quam alibi peragebantur. Hoc non esse coriceum a Vitruuio descriptum satis in superioribus probauimus, & licet ab eo non ponatur, in gymnasijs tamen fuisse multis uerbis ostendit Budaeus, quinimmo & in particularibus gymnasijs hortisue Sphaeristirium una cum alijs exstructum fuisse, locupletissimum testem habemus iuniorem Plinium, qui uillas suas describens Laurentinum & Tuscos in utrisq. sphaeristirium ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque

A circulos caperet idem & ex eo Pandectarum loco confirmari potest, ubi haec Vulpiani uerba leguntur: Cum Aurelius Quinctus hoſpiti ſuo medico mandaſſe diceretur ut in hortis eius quos Rauennae habebat, in quos omnibus annis ſecedere ſolebat, ſphaeriſtirium & hypocauſta & quaedam ipſius ualetudini apta ſua impenſa faceret. Vnde quoque facile conijcitur in ſphaeriſtirio nedum pilae ludos, uerum etiam alias exercitationes fieri conſueuiſſe, quando & in ipſo Veſpaſianus fauces, ceteraq. membra (ut tradit Suetonius) ſibimet ad numerum defricabat. Octaua pars fuerunt uiae illae, quae inter porticus, ac muros, ut ego puto, ſitae erant, ab omnibus aedificijs nudae, necnon tota periſtylij area quae & ad ſubminiſtrandam porticibus, ac cellis lucem factae erant, & ad ſpatiandum, aliasue exercitationes obeundas, quae nec in palaeſtra, nec in B alto puluere, nec in xyſtis alijsue locis fieri poſſent. Has locum cõculcatum paullo ante ex Galeno a nobis nominatum fuiſſe opinor i tauocatas, quod nullis lapidibus, lateribusue ſtratae, ſed rudes & aequato tantum ſolo forent. In his curſum factum exiſtimo, atque ad id tum diauli, tum dolichi, a quibus dolichodromi, & diaulodromi formas, atque terminos ibi conſtitutos, tametſi apud Vitruuium nil aliud fuerit diaulos, quam peryſtiliorum quadratorum circumitio duobus ſtadijs definita. In ipſis etiam ſaltus, & diſci exercitationes, quas palaeſtrae negauit Galenus (ut mea fert ſententia) interdum habebantur. Nona pars erant xyſti, & xyſta, nam utraque apud graecos & Latinos non parum diſcriminis obtinent, ſiquidem xyſtos hi uocant porticus tectas ubi athletae per hiemẽ & aeſtate, tempore luctationibus alieno, exercebantur: xyſta autem C ſubdiales ambulationes, ubi hieme tempeſtate leni e porticu prodeuntes, & aeſtate fere ſemper exercebantur, ac ambulabant; atque has παραδρομίδας a Graecis nominatas ſcribit Vitruuius, quae duplices erant, aliae nudae, aliae platanis alijsue arboribus conſitae ad praeſtandum amoenitatem, atque illis, qui a ſole offendebantur, umbram. de his loquebatur Plinius, dum platanos Athenis in Academiae ambulatione celebratas fuiſſe ſcribit: De ijſdem quoque Plinius ſecundus ſermonem habuit quando in depingendis Tuſcis ac Laurentina uillis ſuis xyſtos toties decantat. Nec alium locum intellexit Iſchomacus apud Xenophontem, quando ambulationem in xyſto factam nominauit, ſicuti nec Phaedrus apud Platonem, ubi ex Acumeni ſententia ſalubriorem facit ambulationem in uiis, quam in curſibus ſub hiſce uerbis: Τῷ δὲ σῷ καὶ ἐμῷ ἑταίρῳ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦ

li. 2. epiſt. & 5.
lib. 17. c. 16
lib. 12.
Loco citato.
In Oecon.

„ μαι τοὺς περιπάτους. φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, D
ideſt, Tuo autem, & meo ſocio obtemperans Acumeno, in uijs ambulationes facio, nempe quas minorem laſsitudinem ijs, quae fiunt in curſibus, parere dicit. Id quod ſi Ficinus recte penſitaſſet, melius Platonis uerba in noſtram linguam tranſtuliſſet, ſed de hac re plura inferius, quando de exercitationum locis tractabimus. Eaſdem ambulationes intellexit Iuſtinus martyr, cum in principio dialogi ſui dixit: περιπατοῦντί μοι ἐν τοῖς τοῦ ξύστου περιπάτοις, hoc eſt, ambulanti mihi in xyſti ambulationibus, quod eius interpres haud exacte percepiſſe uidetur. Nemora, quae & in thermis publicis deputaſſe & in ſuis iuxta Neronianas diruptis aedificijs Alexandrum Seuerum feciſſe ſcribit Lampridius, nulla alia fuerunt, quam platanones & xyſta Graecorum.

E

De Balneis gymnaſiorum, atque etiam de ſtadio. Cap. X.


DECIMA gymnaſiorum pars fuit Balneum, quam ob delicias, atque ſanitatem omnium maxime aeſtimatã fuiſſe certum eſt, quamue cunctis alijs maiorem, & pulchriorem exſtitiſſe opinor ego, tum quia (ut Galenus ſua tempora deplorat) omnes fere homines quotidie lauabantur, quod tempore Hippocratis, & antiquorum fere omnium uſque ad Aſclepiadis & Pompeij aetatem, quando ut ſcribit Galenus nondum publica balnea, aut priuata accommode aedificata uidebantur, rariq. & raro lauabantur, non erat: tum quia multis locis balnea indigebant pro uarijs lauandorum commoditatibus, quae neceſſario ſpatium maius requirebant, & ob id columnis, ac ſuperbiſſimis marmoribus exſtruebantur. ut interim non omittam quanta priuati uiri uſi ſint in priuatis balneis aedificandis magnificentia, de qua ſcriptum eſt a Seneca, quod quiſq. pauper ſibi uidebatur, ac ſordidus, niſi parietes balneorum magnis ac pretioſis orbibus refulſiſſent, niſi Alexandrina marmora Numidicis cruſtis diſtincta fuiſſent, niſi illis undiq. operoſa, & picturae modo uariata circumlitio praetexeretur, niſi uitro conderetur camera, niſi aquam argẽtea epiſtomia fudiſſent. Ne ſtatuarum, & columnarum nihil ſuſtinentium ornamentum ſileatur, quod Libertinorum balnea habebant, ut nil niſi gemmas calcare uellent. Etruſci balneum a Martiale, & Statio elegantiſsime deſcriptum qui lectitarit, non poterit maiorum in exſtruendis balneis magnificentiam, atque luxum ſatis admirari: ſed de his ſatis. Vt autem de gymnaſiorũ balneis paullo

[Margin notes: 3. com. de uic. acut. — F — Epiſt. 87. — lib. 6. — lib. 1. Sil.]

A Io plenior habeatur cognitio, haec in praesentia solum (quando iã Andreas Baccius Elpidanus multae lectionis atq. doctrinae uir post primã horum commẽtariorum editionẽ uniuersam de Balneis materiam absolutissime tractauit) explicabimus. Primo, qualia essent, & quae loca balneis destinata: Secundo, quae uasa, & aeris dispositio, ubi lauabantur: Tertio, cuius gratia lauarentur: Quarto, qui, & quando lauarẽtur: materiam enim, qua lauabantur, plerumq. aquã dulcẽ uel pluuia collectam, uel ab aquae ductibus, aut fluminibus, aut aliunde corriuatam omnes sciunt. & quamuis apud Galenum, aliosq. saepenumero de medicatis balneorum aquis mentio fiat, illis tamen aegroti, aut ualetudinarij utebãtur, non gymnasia ingredientes, de quibus solis nos loqui intendimus. nisi immensam Neronis & profusam libidinem in medium adducamus, qui dulcibus nõ B contentus aquis, marinas teste Lampridio, & Suetonio atque Albulas in suas thermas deduci curauit. Loca balneum uniuersum constituentia a Cicerone Balnearia uocata plurima fuisse reperio, frigidam lauationem siue λοῦτρον, frigidarium, tepidarium, sudationem calidam, & calidam lauationem. Quae uero balneis inseruiebant, fuerunt hypocaustum, aquarium, & uasarium. Haec omnia loca cõcamerata & fornicũ modo fabricata fuisse cognoscere possunt, qui Romanarum thermarũ reliquias contemplari uoluerint. Nec quis miretur a nobis hic loca plura balneorum recenseri, quam a Vitruuio descripta inueniantur, quoniam, quae ipse descripsit, a Graecis omnia fere accepit, quando Romani nondum thermarum ea admiranda aedificia exstruere coeperant, in quibus multo Graecis lasciuiores, plura etiam loca disposuerunt. Frigida lauatio, siue λοῦ-C τρον, locus erat, in quo frigidae aquae lauacra, & praesertim piscina, alias baptisteriũ a Plinio iuniore uocitata, pro natationis usu ab auctoribus citata posita erant, tum ob aestatem quãdo similis lauatio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam prosequebantur siue ob ualetudinem, siue ob delicias, qualis Alexander Seuerus, quẽ rarissime in caldarijs, fere semper in piscinis lauisse scribit Lampridius. De huius usu plura apud Oribasium ex Galeni sententia uideri possunt in decimo collec. lib. auctor est Lampridius Heliogabalũ numquam in piscinis lauari passum esse nisi illae croco, alijsue pretiosis unguentis fuissent infectae. Ab hac aderat frigidarium ob eos fabricatum, qui statim post egressum tepidarij, aut calidarij frigido aere frui optabant: neque enim ulla ibi aquae uasa reperiebantur, ut possent aestate plures conuenire. non defuerunt qui in hac parte piscinã pro natationis studiosis, de qua copiosius lib. 3. tractabimus,

lib. 3. epist. ad. Q. Fra. epist. 1.

 positam

positā fuiſſe crediderint. At mihi ueriſimilius uidetur eam in frigida lauatione, ubi alia frigida aqua ſeruabatur, exſtitiſſe, cum in frigidario aquae nullius apud auctores mentio habeatur: In parte fieri poteſt, ut loturi exſuerentur quoque, tum quia apodyterium cōmunis pro exercitatoribus ſpoliandis locus non parū diſtabat, adeo quod loturos, ſi ibi ueſtimenta depoſuiſſent, nudos per ephebaeū, frigidam lauationem, & reliqua loca tranſire neceſſum fuiſſet: tum quia probabile eſt in Ephebaeo homines ſaepius inueniri conſueſſe, a quibus loturos haud quaque nudos conſpici honeſtum erat. ex quo ad haec omnia euitanda facile eſt in frigidario ſeſe exſuiſſe, eo magis quod Varro atq. Plinius teſtati ſunt, tam in urbibus quam ruri apodyterium quoq. fuiſſe balnei partem, quemadmodum etiam Galenus atq. Oribaſius ſignificare uiſi ſunt, ubi qua hora iuuenis temperati corporis balneo uti debeat, exponentes gymnaſterium temperari debere mandarunt, quod nullum aliud eſſe poteſt, niſi frigidarium ipſum: in quo & ſudores detergebantur. ſiquidem Galenus. x. Methodi libro partes balnei enumerās quattuor ſtatuit, calidarium, calidam lauationem, quam λȣτρον uocat, frigidam lauationem, & quartam, in qua ſudores detergerentur: ſed haec potius coniectura, quā ullo certo iudicio intelligere conceditur. nec quiſquā hic dubitare debet quod Vitruuius unam partem, Galenus aliā λȣτρον uocent, quandoquidem non eſt rationi diſſentaneū, utraſq. eo nomine deſignatas eſſe, cū in ambabus homines lauarentur. Frigidario adnexum tepidariū duobus hominum generibus inſeruiebat, tum illis, qui tepore aeris aut aquae, uel utriuſq. ob uoluptatē, ſiue ualetudinem frui uolebant; tum illis, qui aut frigida, aut calida lauari quaerebant; hi etenim ne ab apodyterio ſiue frigidario ad calidarium, & rurſum a balneo calido ad frigidarium, ſeu frigidam lauationem tamquam ab extremo ad extremum prodeuntes horrerent, aliterue offenderentur, tepidario pro medio quodam utebantur, in quo exeuntes de frigido, ſeu calido loco tamdiu morabātur, quouſq. ad alterum eorum citra noxam recipiendum ſeſe diſpoſuiſſent. quamquam etiam fieri poteſt, ut in priuatis balnearijs tepidarium, & apodyterium idem locus fuerint, ob ſpatij paenuriam, uel quod ita maior commoditas haberetur. Cicero enim, cum Arpinatem uillam, quae iudicio Quincti fratris ſui aedificabatur, inuiſiſſet, ſe aſſa in alterum apodyterij angulum in balnearijs promouiſſe ſcribit. in quo ſatis aperte demonſtrat, apodyterium, & laconicū, ſiue calidam, aſſamue, ut ipſe & Celſus uocant, ſudationem coniuncta fuiſſe eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicum coniūcta

[Margin notes: 2. ď re ruſ. in pro. 5. epiſt. lib. 3 ď tu. ual. 10. col. c. 6. — lib. 3 epiſt. ad Q. F. ep. prima.]

[Margin letters: D, E, F]

 cta

A cta interdum fuisse saltem post Vitruuij tempora opinamur, etsi is lib. v. cap. x. huic sententiae omnino adstipulari uideatur. Calidarium, quod a Vitruuio, & Celso Laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullam aquam intra se continens, ad prouocandum sudorē potissimum instituta, & ob id a nonnullis calida sudatio, sicuti a Cicerone & Cor. Celso assa nuncupata. de qua sermonem faciens Columella, haec cōtra sui temporis mores: scripsit. Mox deinde ut apti ueniamus ad ganeas quotidianam cruditatem Laconicis excoquimus, & exucto sudore sitim quaerimus. In hac uapor calidus, seu calor siccus inclusus sudorem prouocabat, haud aliter, ac super Baias myrtetis, ubi tempore Celsi e terra profusus calidus uapor aedificio inclusus maximos sudores ciebat. cuius Horatius quoque meminit in Epist. ubi ait. Li. 5. c. 14. lib. 2. c. 16. li. 3 ad Q. F. epist. 1. In pro. li. de reru stic. li. 1. ad Val lam.

B *sane myrteta relinqui*
Dictaq. cessantes neruis elidere morbos
Sulphura

Qui apud Vitruuiū Tepidarium, & Laconicum idem faciunt, uerba ipsius Vitruuij lectitantes facile cognoscent, utraq. ab ipso separari, dum praecipit Laconicum, sudationesq. tepidario coniungi, praeterquam quod manifeste Celsus laconicum uocat, ubi calor siccus eliciebat sudorem. quam condicionem tepidario minime conuenire quiuis intelligere ualet. id quod etiam clarissime significauit Martialis, balnea Etrusci describens sub his uerbis. lib. 5. c. 10.

Ritus si placeant tibi Laconum, Lib. 6.
Contentus potes arido uapore,
Cruda Virgine, Marciaq. mergi.

C Scio quoque nonnullos, quod laconicum rotundum, ac ueluti turricula in hemisphaerium camerata foret, idem cum sphaeristirio a nobis superius explicato effecisse. quibus plane assentiri nequeo, quoniā mihi irrationabile uidetur, ut in loco calido sudationibus aedificato ludū pilae atq. alias exercitationes, quas in sphaeristirio fieri cōsueuisse tradit Plinius, exercerēt: fuisset namq. (ut est in prouerbio) camino oleū addere, si exercitationes per se corpora ualde calefacientes in calidissimis locis egissent. De laconico possunt uerba Iuuenal. intelligi, si uersus ita restituatur. quidquid dixerint alij: v. Epist. li.

Qui Lacedaemonium proptysmate lubricat orbem.

nam taxat quendam, quod in Laconici solio copiose exspuēdo efficeret, quo minus in ipso pedes ambulantium firmari ualerent. Post Laconicum sequebatur cella calida labris aquae continendae positis referta. in qua quod lauarentur, calidae lauationis a Vitruuio, &

a Ga-

x. Metho. a Galeno λοῦτρον nomen adepta est. hanc puto Archigenem apud D Galenum viij. de composit. medicam. sec. loc. uocasse ζεστόν. Erat namq. primaria balnei pars, & proinde a nemine de ipsa quidquã est in controuersia positum. Cur Vitruuius in Balneis gymnasiorũ construendis nullam tepidarij mentionem faciat, cuius, dum priuatorum balnea doceret, aperte meminit, non sum admodum certus. quoniam si illud sub concamerata sudatione intellexit, sequeretur etiam in tepidario sudari consueuisse, cum tamen in superiori capite sudationes & tepidarium distinxerit; si sub calida lauatione tepidarium ab ipso comprehensum fuisse placeat. quomodo ergo calidaria, atq. tepidaria in decimum capitis eiusdem libri initio tamquam diuersa fecit? Itaque dicendum est forte concameratam sudationem & laconicum, & calidam lauationem complecti; tepidarium uero omissum, quia Graecorum palaestrae id non haberent. E Quod porro scripsit Pollux libro septimo, ἀλειπτήριον apud Alexim fuisse balneorum partem, nullo modo probare ualeo: cum idem alias ipsum inter gymnasiorum partes adnumerauerit, nisi uelimus penes Antiquos βαλανεῖον significasse totum gymnasiũ ipsum. Atq. haec sufficiant de publicorum in gymnasijs balneorum partibus. Fuerũt & innumera fere priuatorũ balnea, quae & aliquibus ex praedictis partibus caruisse, & alias habuisse uerisimile est; sed de huiusmodi non est instituti nostri uerba facere. Quae autem loca non essent intra balneas, sed ipsis tantum inseruirent, primo hypocaustum continebant, quod secundum Vitruuij descriptionem erat fornax seu caminata structura subterranea calidario, calidae lauationi, atque uasario supposita, in qua ad calefaciendum tũ aquam, tum praedicta loca ignis succedebatur, & ne exstingueretur F a seruis fornacatoribus ob id in Pandectis a Papiniano uocatis fre-
33 quenter cum pilis, & glomis pice illitis excitabatur. Quarum pilarũ apud Vitruuium lib. v. cap. x. mentio clara habetur, ubi docet solum
lib. j. Sil. caldariorum ita sternendum esse inclinatum ad hypocausim, uti pila cum mittatur non possit intro resistere, sed rursus redire ad praefurnium, atq. sic facilius flamma peruagari sub suspensione. De his loquebatur Statius in descriptione balneorum Etrusci.

Crepantis
Auditura pilas, ubi languidus ignis inerrat
Aedibus, & tenuem uoluunt hypocausta uaporem.

Vnde cuiuis manifestum esse potest, in quam graui errore uersentur illi, qui Hypocaustum, & Laconicum idem fuisse crediderunt. Auctor est Seneca epist. XCI. tempestate sua inuentos esse parieti-

bus

A bus impressos tubos, per quos circumfunderetur calor, qui ima simul, & summa foueret aequaliter: illum uero calorem immitti consueuisse ex Hypocausto, & a Iurisconsultis memoriae mandatum est, & ab Ausonio in Mosella sic expressum:

Quid quae sulfurea substructa crepidine fumant
Balnea, feruenti cum Mulciber haustus operto
Voluit anhelatas tectoria per caua flammas,
Inclusum glomerans aestu exspirante uaporem.

Horum autem tuborum uestigia adhuc quamplurima Romae conspiciuntur in Diocletiani, atque Caracallae gymnasijs. Ante hypocaustum uia quaedam erat propnigeum, quasi dixeris praefurnium a Vitruuio uocata. Aquarium cella erat calidae lauationi, atque calidario adnexa, in qua alueus magnus aedificatus erat ad continen B dam aquam ex aquaeductibus, aut aliunde inuectam, atque inde in frigidam lauationem, & calidam per fistulas corriuandam. Non lõge ab hoc situm fuit uasarium, ubi uasa conferuabantur balneorum seruitijs necessaria, & ubi aqua pro ipsis calefiebat. de hoc ita tradidit Vitruuius: Ahenea uasa supra hypocaustum tria composita fuisse, unum calidarium, alterum tepidarium, tertium frigidarium, & ita collocata, uti ex tepidario in calidarium, quantum aquae calidae exisset, influeret, de frigidario in tepidarium ad eundem modum. De aere balneorum, qui extrinsecus admittebatur, (ut Vitruuius innuit) ea in calidissimo loco auerso a Septemtrione & Aquilone sita erant, tum caldaria atque tepidaria ab occiden te hiberno lumen habebant. Quod Oribasium significasse puto, ubi ex Galeni sententia Architectos optimos balneorum domos C ad octauam horam uersas cõstruxisse scribit. Sin autem natura loci impediuisset, utique a meridie: lumen uero ita capiebatur, quod in medio camerae foramen latum relinquebatur, sub quo labrum extruebatur: circa labrum erant spatiosi quidam margines, aut porticus, a Vitruuio scholae uocati, in quibus occupato a prioribus lauationis loco reliqui circumspectantes recte stabant, nec suis umbris lucem, quae superius capiebatur, obscurare poterant. De aeris porro intra balneum exsistentis statu a Seneca, & Plutarcho auctoribus grauissimis scriptum reperio, antiquiores mollibus, ac moderate calidis balneis usos, ita ut Alexander in lauacro etiam febriens, Galatarumq. mulieres pultis ollas in balnea ferentes una cum pueris lauarentur, & manducarent; at eorum tempestate maxime calidas in pretio habitas fuisse, adeo quod de illis dicere licebat *Huc*

Cocytus, Phlegetonq. fluunt Acheronta petentes.

lib. 5. c. 10.

lib. 9. coll. Cap. 10.

Epist. 87. lib. 8 sym. prob. 9.

Quales

Quales fortasse Neronianae thermae exstiterunt, de quibus Martialis sic scribit libro quincto. D

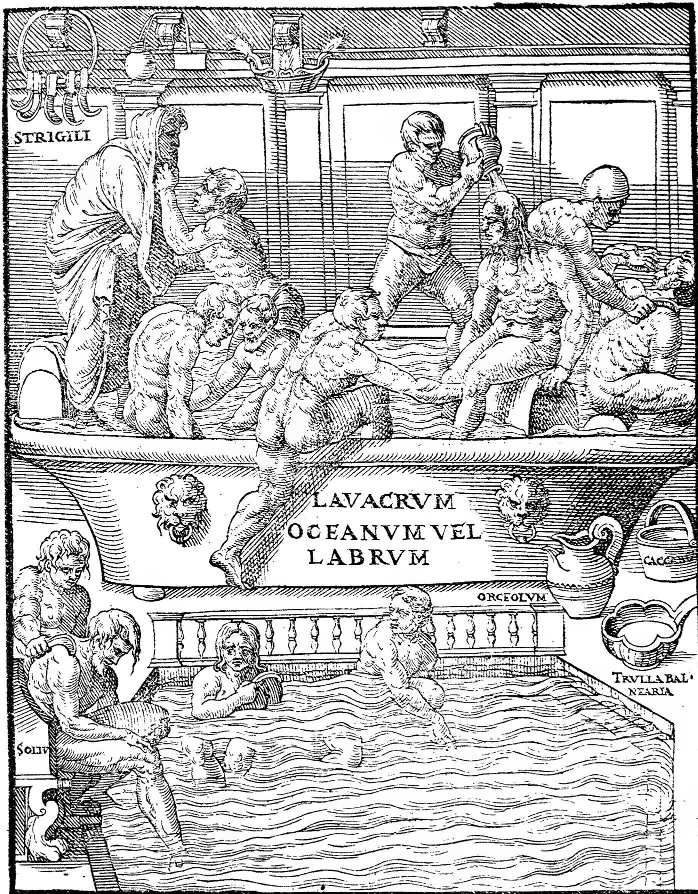
Si temperari balneum cupis feruens
Faustinae, quod uix Iulianus intraret,
Roga, lauetur, Rhetorem Sabineum,
Neronianas is refrigerat thermas.

Nihilominus tempore Galeni, qui paullo post Senecam, & Plutarchum floruit, balnea usq. adeo calida in usu nequaquam fuerunt. Quinimmo etiam morem illum calidioribus utēdi haudquaquam tunc omnibus communem fuisse, sed aliquibus peculiarem, pro comperto habeo: etsi Seneca testatur apud ueteres hoc quoque nobilissimos aediles officio functos esse, intrandi ea balneorum loca, quae populum recipiebant, exigendiq. munditias, & utilem ac salubrem temperaturam procurandi: sed tempore suo illud in desuetudinem abijsse, ut balnea tunc similia incendio forent. Vasa, quibus lauabantur, alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quae non mouebantur, ex lateribus, & marmore fiebant, alueiq., & labra in calda lauatione, in frigida piscinae & baptisteria nuncupabantur: adeoq. magna erant, ut etiam in ipsis aliquo pacto natare concederetur: atque horum uestigia adhuc Romae in aliquibus thermarum ruinis conspiciuntur: Quae moueri poterant, tametsi in priuatis balneis ut plurimū fierent; attamen in publicis quoque, sed ob priuatorum forsan usus, exstitisse opinor: & haec diuersas figuras habuerunt. alia quadratam, alia quadratam oblongam; alia rotundiusculam, alia oualem, sicuti nunc apparet ex uetustissimis, quae adhuc Romae supersunt. Hic autem unam dumtaxat formam damus, a Pyrrho Ligorio ex suis praeclarissimis rerum antiquarum monumentis communicatam; quod eam & pulcherrimam, & multis rebus intelligendis sagaci lectori accommodatissimam putamus.

Epist. 87. (margin)

E

F


STRIGILI
LAVACRVM
OCEANVM VEL
LABRVM
CACCABV
ORCEOLVM
TRVLLA BAL-
NEARIA
SOLIV

Varia eorum porro materia fuit, alia ex lapide, alia ex marmore, D alia ex aere; quorum omnium nomina a Iulio Polluce scriptis man Lib. 7. data leguntur. fuerunt & qui lignea pro balneis lauacra facere ten Lib. 9. tarint, qualis Tucca a Martiale sub his uersibus derisus.

Non silice duro, structili, ue caemento
Nec latere cocto, quo Semiramis longam
Babylona cinxit, Tucca balneum fecit,
Sed strage nemorum, pineaq. compage
Vt nauigare Tucca balneo possit.

Tongillum quēdam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricasse, crediderunt aliqui, his Iuuenalis uersibus adducti.

Exitus hic est
Sat. 6. *Tongilli magno cum Rhinocerote lauari,*
Qui solet, & uexat lutulenta balnea turba. E

Sed eorum sententiam admodum probare nequeo, potiusq. credo sub Rhinocerotis nomine nasutum aliquem a maledico poeta notari. Finis, cuius gratia lauabantur, non unus exstitit. (de sanis loquor, & gymnasiorum studiosis; nam de aegrotantium, & ualetudinariorum lauationibus sermonem haberi nō postulat locus) Primam balneorum institutionem semper fuisse existimaui, ut quotidianas sordes eluerent, possentq. mundo corpore cenare, qui singulis diebus lauabantur: antiquitus enim cum nondum lineorum pannorum, qui corpora a sorditie tuentur, usus inuentus; aut saltem infrequens esset, magnaq. ex parte corpora nuda ferrent a puluere, & omni alia illuuie conspurcabantur, atq. inde uel saltem ter, quaterue in mense, uel, si semper mundi cenare gaudebant, singulo quoque die lauari cogebantur: quod posteriores, qui in gym- F nasijs ante exercitationes ungebantur, & puluere, ac sudoribus conspurcabantur, ad eluendas sordes factitasse semper, & ob id in ipsis gymnasijs balnearum usum inuectum rationi consentaneum est. sicuti namque primi illi locum, ubi iuuentus Romana exercebatur, Tiberi propinquum constituerunt, ne longius ad deponendas inter exercendum contractas sordes ire cogerentur, quemad- Libro 1. de re milit. modum scribit Vegetius: ita, postquam gymnasia ob exercitationes instituta fuerunt, aequum erat, & balnea ibi ad mundanda corpora construere. Ab hoc autem usu etiam semel tantum in die cenandi, & in stratis dum cenarent accumbendi, ut inferius copiose demonstrabo, consuetudo introducta fuit. Posteriori tempore maiorem hominum partem balneis ob delicias, atque mollitiem usam esse clare constat, & praesertim tepidis, quibus exsiccatas, &

ab

A ab exercitationibus, uel sole, uel frigore ardentes corporis partes attemperabant. Nec solum dulcibus aquis, sed & medicatis ob delicias usos homines testatur Galenus in principio tertij de medicamentis localibus. Balneis aliquos uti consueuisse, quod non possent, neque ferrent cibos capere nisi loti, auctor est Plutarchus, qui (In libro de tu. ualet.) Titum Imperatorem hac de caussa interijsse, ex relationibus eorũ, qui aegrotanti ministrarunt, prodidit. Quod etiam qui inualidum ad concoquendos cibos uentriculum habebant, eius corroborandi, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Posidonio medico relatum est; (Aetius li. 6. cap. 10.) ut non temere Plinius in medicos inuectus sit, quod persuasissent balneis ardentibus cibos in corporibus coqui, a quibus (Lib. 29. cap 1.) nemo non minus ualidus exiret, obedientissimi uero efferentur.

B Summatim ob quattuor causas balnea in usu exstitisse scribit Clemens Alexandrinus: ἢ καθαριότητος ἕνεκα, ἢ ἀλέας, ἢ ὑγείας, ἢ τὸ τελευταῖον ἡδονῆς, siue ob corpora mundanda, tepefaciendaue, siue ob sanitatem, siue ob uoluptatem. Calidis balneis utebantur Maiores ad leuandas lassitudines, necnon ad corpora emollienda: quae ideo ἀνθρωπωγναφεῖα uocarunt. Calidis & tepidis ad conciliandum somnum; (Lib. 3. pac. dag c. 9.) Frigida lauabantur & ob uoluptatem, & ut robustiores redderentur, calorq. naturalis intro repulsus maior euaderet; ideoque fere post calidas balineas ea adhibebatur. quẽ usum primos omnium Euphorbum Iubae regis, & Antonium Musam Augusti medicos, fratres, monstrasse refert Plinius lib. xxv. cap. vij. Charmis quoque medicus Massiliensis, damnato calidorum balneorum usu, hiberno tempore etiam frigida lauari hortabatur, at-

C que in lacus aegros mergebat. qua de re exstat Senecae adstipulatio, sese psychrolutrem uocantis. praeterquam quod etiam (ut referunt Plinius, & Agathinus apud Oribasium) ad prorogandam uitam, multaq. alia praestanda, frigidam lauationem conferre opinati sunt; (li. xxviij. cap. 4. li. x. colle. cap. 7.) haec enim de seipso refert Agathinus. Equidem saepenumero a cena cum aegre in somnum delabor, propter aestum, in frigidam descendere consueui; & mirabile est quam iucundam noctem transigam. Qui balneas ingrediebantur publicas, ante decimum quartum annum nihil soluisse, testatur Iuuenalis.

Nec pueri credunt, nisi qui nondum aere lauantur, (Sat. 2.)

Alij quadrantem balneatori dabant, & ob id balneum rem quadrantariam uocauit Seneca, de quo Flaccus.

Dum tu quadrante lauatum
Rex ibis & Iuuenalis. (Sat. 6.)
Caedere Siluano porcum quadrante lauari.

Quaeritur

Queritur tamen Martialis, quod pluris sibi balnea constarent ubi D scribit, *Balnea post decimam lasso, centumq. petuntur.*

Lib. 10.

Quadrantes. Quod forsan uel ob diuturniorem moram, uel alterius rei gratia, & ipsi, & aliquibus alijs contingere poterat. Sat est, quadrantem commune pretium fuisse: quin & Antoninum Pium balneum sine mercede populo constituisse, tradit Iulius Capitolinus. propterea cũ ita uili pretio liceret, nullum genus hominum a publico balneo arcebatur: pueri iuuenes, uiri, senes, decrepiti, nobiles & ignobiles lauabãtur: sed prae caeteris, phonaschos, cytharoedos, praecones, tragoedos, comoedos, frequentare balnea solitos refert Gal. quod uocem ob laesam, & assiduis uocibus exasperatam aquarum dulcium humectatione curabant, integramq. seruabant. Hoc similiter uidetur Martialis in his de Menophilo uersibus significasse. E

3. de comp. med. s. G.

Lib. 7.

Menophili penem tam grandis fibula uestit,
Vt sit comoedis omnibus una satis.
Hunc ego credideram (nam saepe lauamur in uno)
Solicitum uoci parcere Flacce suae.
Dum ludit media populo spectante palaestra,
Delapsa est misero fibula, uerpus erat.

Qui Menophilus comoedus erat, & sicut ceteri, licet recutitus, infibulatus erat, atque saepe cum Martiale in communi thermarum balneo lauabatur. Mulieres Lacedaemoniorum in balneis gymnasiorum lauari consueuisse perspectum est, & nedum in his, uerum & una cum uiris promiscue: quod tamen non in cunctis euenisse credendum est, quando Hesiodus scriptor antiquissimus balnei muliebris mentionem ibi facit. F

In fine. 2. ope. & die.

Μηδὲ γυναικείῳ λουτρῷ χρόα φαιδρύνεσθαι.
ἀνέρα. i. neque in muliebri balneo corpus abluito, uir. Vbi & faeminarum lauationes etiam antiquitus apud Graecos distinctas fuisse, & uiris eas ingredi ob salubritatem uetitum apparet: quod praeter turpitudinem etiam a corporibus muliebribus, ac menstruis recrementis effluxus quidam exeant, ut Proclus meminit. quibus si uiri inficiantur, tam per aquae communis, quam per solius aeris ingressum statim eorum sanitas inquinatur. An apud Romanos primis illis temporibus eadem utrumque sexum promiscue lauandi consuetudo fuerit, neque prorsus infitiari, neque affirmare audeo: quoniam ex una parte grauitati, atque priscae illi educationi Romanae minime conuenisse uidetur: ex altera Varronis testimonium mulieres una cum uiris si non eodem lauacro, eodem

saltem

A faltem loco etiam antiquitus lauisse comprobat, qui libro de analogia secundo tradit in balneo coniuncta fuisse aedificia bina, unum ubi uiri, alterum ubi mulieres lauarentur: praeterea, C. Gracchus in oratione de promulgatis legibus idem cõfirmare uidetur, cuius uerba apud Gelliũ ita leguntur: Pudor enim non patiebatur utrũque sexum simul lauari, sed commoditas cõiungi desiderabat. Nisi dicamus ista omnia non de publicis balneis, quae tunc uel nulla, uel angustissima, & uilissima exstitere, sed de priuatis esse intelligenda: quemadmodum forsan Vitruuius intellexit, ubi utriusque sexus lauacra coniungenda monstrauit. uerum enim uero posterioribus saeculis mulieres promiscuis balneis usas esse, quamplurium probatissimorum auctorum testimonijs comprobari potest, inter quos primo sese offert Iuuenalis, qui dissolutos Romanarum feminarum mores carpens haec scribit.

lib. 10. c. 3.

lib. 5. c. 10.

Sat. 6.

B

Grauis occursu, taeterrima uultu
Balnea nocte subit, conchas & castra moueri
Nocte iubet, magno gaudet sudare tumultu,
Cum lassata graui ceciderunt brachia massa
Callidus & cristae digitos impressit Aliptes,
Ac summum dominae femur exclamare coegit,

ex quibus neminem esse existimo, qui non uideat mulieres tempore Iuuenalis publicas balneas adiuisse, ibique & exercendo, & lauando sine pudore ullo se uiris immiscuisse. quod similiter eius tẽpestate Martialis confirmauit.

Omnia femineis quare dilecta cateruis
Balnea deuitat Blatara? &

C

Cum te lucerna balneator exstincta
Admittat inter bustuarias moechas.

Lib. 11.

lib. 3 in Vetustinam.

Clemens Alexandrinus, qui sub Antonino & Seuero floruit, in eo quem Paedagogum inscripsit commentario non modo feminas ommunes uiris balneas atq. publicas in usu habuisse testatur, sed omni pudore deposito externis quibusque libidinis gratia sese nudas in ipsis spectandas praebuisse. Quos mores postea detestans Caecilius Cyprianus haec in libro de uirginum habitu scripta reliquit. Quid uero quae promiscuas balneas adeunt: quae oculis ad libidinem curiosis pudori ac pudicitiae dicata corpora prostituunt, quae cum uiros, ac a uiris nudae uident turpiter, ac uidentur, nonne ipsae illecebram uitijs praestant. Cui sententiae multa etiam simillima a D. Hieronymo in Epist. ad Laetam de filiae institutione fuere prodita. His itaque omnibus cuiuis perspectum esse potest,

lib. 3. ca. 5.

non pauco tempore eum morem & Romae, & alibi perdurasse, ut D feminae atque uiri in promiscuis balneis lauarentur: quando etiã non defuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procacitatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem scribit Dion Casśius uiros discretos a feminis lauari uoluisse: sicut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiscua sustulisse, eademque ab Heliogabalo renouata Alexandrum Seuerum prohibuisse, refert Capitolinus & Lampridius. Ob quod item aliquando censoria lex lata traditur, ut mulieres a promiscuis balneis abstinerent, nec commune lauacrum cum uiris libidinis caussa intrarent, sub repudij, & dotis amisśionis poena: quod postea in l. fin. titul. de repud. & in autentico de nuptijs pro sancito receptum fuit. Qua ratione fieri potest, ut balneae aliquae muliebres in feminarũ dumtaxat usum fuerint exstructae, quales Agrippinae Augustae Neronis matris: necnon Olympiadis in Saburra, E & quas Ampelidem, ac Priscillam trans Tiberim ad euitandũ forsan hominum conspectum habuisse refert Victor. Tempus lauandi penes ueteres, quemadmodum narrat Seneca, ita fuit, quod quotidie bracchia, & crura abluebant: toti nundinis solum lauabantur. (Epist. 87.) Ceterum post M. Pompeij aetatem coeperunt singulis diebus toto corpore lauari. Hora uero usque a tẽporibus Homeri fere a pluribus obseruata fuit paullo antequam cibus sumeretur. nõ deerant tamen Galeni tempestate, qui etiam a cibo nulla ualetudinis habita ratione lauarentur. (Lib. de tre. nig. & spos.) ob quod ipse rigorem sine febre uisum tempore suo narrat, quem aetate antiquiorum medicorum, cum rari post cibum lauarentur, non esse uisum scribit. Vt plurimum autem maior pars liberorum hominũ prius exercebatur, deinde balnea F ingrediebantur, nonnulli sine exercitationibus lauabantur. Adnotauit Galenus, antiquos post pilae ludum calidis balneis lauari consueuisse: (In libro de paruae pilae ludo.) quod similiter ante illum innuisse Martialem eo uersu uideri potest. (Lib. 4.)

Redde pilam, sonat aes thermarum, ludere pergis?
Virgine uis sola lotus abire domum.

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quodã significabatur, quo pilae lusores, atque alij exercitatores statim accurrerent: alioqui in gelidisśima Virgine, quam & tactu iucundissimam, sicut haustu Marciam, refert Plinius, iam clausis thermis lauabantur. (lib. 31. c. 3.) scribit enim Capitolinus, ante Alexandri Seueri tempora numquã thermas ante auroram apertas fuisse, & semper ante solis occasum claudi consueuisse, ipsumq. Imperatorem publicarum

thermarum

A thermarum luminibus oleum addidisse, quo & in nocte paterent. Non me latet quosdam alijs horis lauisse, sed uel extra gymnasia, uel in gymnasijs gratia alicuius affectionis, aut alterius rei, uel consuetudinis, ut scribit Martialis de Fabiano. Lib.5.

Lassus ut in thermas decima, uel serius, hora
Te sequar Agrippae, cum lauer ipse Titi

Hoc certum est, quod Vitruuius loco citato memoriae mandauit, tempus lauandi maxime a meridiano ad uesperam fuisse constitutum. cum enim semel dumtaxat in die saturarentur Maiores, nullum tempus hoc ipso opportunius habebatur, quod circa octauam diei horam paullo ante coenam erat, ut Martialis testatum reliquit.

Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris, & Lib. 4.
Octauam poteris seruare, lauabimur una. Lib. 11.

B Hadrianus Caes. referente Spartiano ante octauam horam neminē nisi aegrum lauari uoluit. quam horam etiam Iulium Caes. prioribus saeculis seruasse, conijcere possumus ex Epistol. Cicer. ad Atticū, ubi de Caesare loquens, haec ait: Ille tertijs Saturnalibus apud Lib. 13. Ep. ultima-
» Philippum ad horam septimā, nec quemquam admisit, rationes
» opinor cum Balbo; inde ambulauit in litore, post horam octauam
» in balneum, tum audiuit de Mamurra, non mutauit; unctus est, ac-
» cubuit, ἐμετικὴν agebat, itaque & edit, & bibit ἀδεῶς, & iucunde.
Sed an perpetuo illam uitae rationem seruaret Caes. haud clare ex eo loco habetur; quando eius solius diei rationem exponit, in qua is secundum multorum consuetudinem uomere destinauerat, atq. ob id ἀδεῶς. i. sine timore, & iucūde ederat, biberatque, ut (quod C erat medicorum praeceptum) uarij generis potu, ciboq repletus posset, dum iret dormitum, uomere. ita namq. locus ille (ἐμετικὴν agebat) intelligi iudicio meo debet: quod sicuti διαιτητικὴ a Graecis simplici uocabulo dicitur ea medicinae ratio, quae in rebus ad humanum uictum spectantibus sita est, & κενωτικὴ, quae ad exinanitiones pertinet; haud secius ἐμετικὴ, est illa ἀγωγὴ, siue ratio, quae in rebus, & modis uomitum parantibus collocata est. Tot itaque de balneis gymnasiorum, ac priuatis breuiter dicta sufficiant, quorum usus cum apud antiquiores rarior esset, Asclepiades Prusiensis aetate Pompeij orator habitus ex illa arte nullum quaestum trahens, cum ad medicinam se contulisset, in eaque magnam gloriam, & auctoritatem, ob blandimenta, quibus aegros curabat, ob perpetuam sanitatis firmitatem, & quod Romae quendam pro mortuo ad sepulturam elatum miro gentium stupore, ut Celsus, Plinius, & Appuleius tradiderūt, uiuere cognouerat, breui compa

Hippoc. in libr. de sal. dieta & ibi Gal.

lib. 2. c. 6. 27. na. hist. cap 3. 4. Flor.

rasset, eorum usum frequentiorē reddidit. Vndecima ac omnium D.
postrema in gymnasijs pars fuit Stadium, ubi populus cum uolupta
te athletas certantes spectabat: nilq. aliud erat, quam hemisphoe-
rium quoddam, multis gradibus constructum, unde poterant commode spectatores, qui semper plurimi eo confluebant, certatores intueri. an autem inter ipsum & xystum seu peridromidas murus intercederet; atque inde per ostium ex platanonibus gymnasiorum athletae in arena stadij prodirent, & si a Vitruuio nil explicatum habeatur, rationi tamen consentaneum uidetur, uniuersum aedificium, ne cuiuis pateret (quod etiam supracitati Capitolini testimonio comprobari potest) muro conclusum, & propterea a gymnasio stadium muri saepto diuisum fuisse. De alijs gymnasio fere necessarijs locis, ueluti lignario, uasario, latrinis, tricliniis, atque eius generis multis non loquor, quod horum in palaestrarum E
descriptione mentio non habeatur, ad nostrumque institutum minus pertineat; sicut nec quomodo ambulationes illae substratis carbonibus, atque cloacis proximis exstruerentur. Quae omnia tamquam clara, aut alibi commodius explicata, a Vitruuio in describendis xystis praetermissa puto. Iuxta publicas thermas inuenio exstructas fuisse popinas, quas Isidorus lib. etymolog. xv. cap. ij. tradit huic inseruisse, ut, qui ob exercitationes, aut lauacra essent, admodum exinaniti, dissolutiue, haberent, ubi statim refici possent. atq. has forsan Plinius intellexit Epist. iij. lib. j. quando post balneum, & triclinia popinarum meminit. Hactenus de antiquorū gymnasijs.

De accubitus in cena antiquorum, & semel dumtaxat in die cenandi consuetudinis origine. *Cap. XI.* F



VONIAM balneorum explicatorum occasio iam suadet, nosq. supra polliciti sumus de cenandi semel in die, & in cena accumbendi antiquorum consuetudinis origine sermonem habere; & si extra rem nostram uideatur, atque a Galeno de accubitu nihil explicatum habeamus: haud praetermittendum est, quin sententiam nostram in medium proponamus, alias eam libentissime mutaturi, si quis meliori iudicio, ac eruditione praeditus, ueriorem aliquam, & magis rationi consentaneam demonstrauerit. Quod etenim maiores nostri mane exiguum quid comederent, quod prandium uocabant, & uespere tantum saturarentur, dum cenare dicebantur, (exceptis ijs, qui coitu usuri erant, quibus a medicis uespere cenare interdictum

fuisse

A fuisse scripsit Aristoteles, & exceptis Syracusanis, quos bis in die
cibis impleri, quasi res noua esset, tradit Plato) satis ab Horatio, 3. partic. Prob. 32.
Martiale, Plutarcho, atque Galeno (ne multos alios nominem) Epist. ad
comprobatum est: sed de his fusius & melius in uarijs lectionibus Dionem.
nostris tractatum est. quod similiter fere omnes dum cenabant in
stratis accumberent, praeter lapides Romanos id clare ostenden-
tes, doctissimus Philander in suis in Vitruuium commentarijs
auctorum antiquorum testimonijs clarum fecit, ut id amplius
demonstrandi laborem mihi omnem dempserit. Ceterum un-
de nam hae duae consuetudines principium acceperint & quo-
modo uere accumberent nemo, quem ego uiderim, siue ex an-
tiquis, siue ex recentioribus ita apposite & diligenter declara-
uit, quin posteris dubitandi, & plura desiderandi occasionem re-
B liquerit. Quod uel ob rei obscuritatem, uel ob neglectum e-
uenerit, ignoro. Ego sane utrasque illas, & accubitus scilicet,
& unius in die cenae consuetudines a balneorum usu manas-
se existimo. & primo quod ita de accubitu sentiam, pluribus,
ijsque non spernendis coniecturis adducor: quarum prima est,
quod Homeri tempore, quando non adeo frequenter balneis ute-
bantur, cenaturi sedebant, ut in conuiuio Procorum apparet.

ἐς δ᾽ ἦλθον μνηστῆρες ἀγήνορες, οἱ μὲν ἔπειτα 1. Odyss.
ἑξείης ἕζοντο, κατὰ κλισμούς τε θρόνους τε:

id est,

At Proci ingressi sunt, qui mox inde superbi
Ordine sederunt scamnis, & ordine thronis

& ubi Telemachus, eiusq. socius a Menelao hospitio accepti post
C lotionem cenant sedentes.

ἐς ῥα θρόνους ἕζοντο παρ᾽ Ἀτρεΐδην Μενέλαον:

id est,

Thronis sedebant prope Atridem Menelaum,

sicque tempore maioris Scipionis, ac Plauti crescente paullatim
balneorum usu, una quoque huiuscemodi accubitus incremen-
tum, praesertim apud Romanos cepit; neque tamen multum, 20 Etym.
quando scilicet uiri tantum, & non mulieres, ut Vitruuius, Va- .. dip. nos.
lerius Max. & Isidorus ex Varrone testati sunt, accumbebant,
nec cum ipsis lauabantur, & si Tyrrhenos una cum mulieri-
bus ὑπὸ τῷ αὐτῷ ἱματίῳ accubuisse legatur apud Athenaeum.
Nam & Aristotelis tempore Graecos discubuisse in publicis ce-
nis credi potest ex eius in 7. Politic. scriptis, ubi puerorum in-

ſtitutionem tradens Iunioribus praecepit, ne tragoedias, aut iambos audirent, priuſquam in commeſſationibus cum alijs diſcumbere (κατακλίσεως uoce utitur) ualerent: a Pompeij uero Magni aetate uſque ad Galeni, atque etiam Conſtantini Imperatoris tempora, cum in frequentiſsimo uſu balnea eſſent, nedum penes diuites, atque nobiles, uerum etiam quoſcunque alios, tunc omnes fere, atque etiam mulieres cenantes ſimul accumbebant, ſicuti hiſce uerſibus innuit Ouidius. D

2. de arte amandi.

Ergo ubi contigerint poſiti tibi munera Bacchi,
Atque erit in ſocij femina parte thori. &,

lib. 1. amorum. Eleg. 4.

Cum premet ille torum, uultu comes ipſa modeſto
Ibis, ut accumbas.

Lib. 2. ca. 2. & ſicuti Valerius idem de aetate ſua ſcribit. Quamquã apud Graecos numquam mulieres accubuiſſe iij. Verr. tradit Cicero, & apud Romanos diuerſo ſitu mulieres a uiris accumbentes cenaſſe rationi conſentaneum eſt: non ſolum, quod honeſtatis, atque dignitatis utriuſque ratio ita poſtulaſſe uidetur, ſed quia in Romanis lapidibus, in quibus mulieres cum uiris accumbentes repraeſentantur, illae certe figura quadam ab ipſis aliquo pacto diuerſa, quaſique ſedentes, & nulli alteri rei cubitis innixae accumbentes, & edentes conſpiciuntur. At quo pacto uiri accumberent, operaeprecium me facturum auguror, ſi poſtquam locus inuitat, breuiter explicuero. E

5. Symp. Prob. 6. Viros enim ſcribit Plutarchus, in principio cenae cubito ſiniſtro innixos pectoribus (ita interpretor πλατεῖς) menſam, ut plurimum tetigiſſe: quo ſola dextera manu illam circumire poſſent, in fine uero ſe ipſos in latus ita, ut acutam corporis figuram, redderent, uertiſſe. οὐ κατ' ἐπίπεδον, ἀλλὰ κατὰ γραμμὴν τῆς χώρας ἁπτομένους. ideſt, non ſecundum latitudinem, ſed longitudinem locum tangentes. Quam etiam rem Alexander ille, ſiue ſit Aphrodiſienſis, ſiue Trallianus (ut magis ſuſpicor) libro problem. primo problem. 82. clariorem facit: ubi inter alias cauſſas, ob quas ueteres in principio cenae arctius accumbebant, hanc eſſe unam putat, quod tunc ἐπὶ τὸν θώρακα καὶ τὰ πλάτη τοῦ σώματος diſponebantur: ſatiati uero ἐπὶ τὰ πλάγια uertebantur. ita, quod ubi edebant, capite erecto ac humeris, ſpina uero dorſi modice reflexa, ac reliquo corpore reſupine locato, & iacente manebant. dum autem multa loqui uolebant in latera uerſus auditores uertebantur, ob quod Iuuenalis. F

Nam

A *Nam plurima dixit*
In laeuam conuersus, at illi dextra iacebat Saty. 4.
Bellua; sic pugnas Cilicis laudabat, & ictus
Et paegma, & pueros inde ad uelaria raptos.

saturati pariter interdum unum in latus, nonnumquam supra dorsum supini, saepe more sedentium sese componebant. Sertorium enim cum molestas importunorum conuiuarum rixas, & fraudulenta conuicia auersaretur mutata discumbendi forma sese supinum locasse, atque inde facilius ab iniquissimis, qui in eum coniurauerant, conuiuis trucidatum esse in ipsius uita narrat Plutarchus. Quod accubitus in mensis apud ueteres hunc in modum fieret, praeter allata scriptorum testimonia locupletissimam fidem unicuique facere possunt duae, quas infra ponen-
B das curauimus, picturae, quarum alteram ad tripodem coenantium, ut plerumque solebant, Ligorius maximae auctoritatis antiquarius ex uetustis monumentis communicauit, alteram ex antiquissimo, & omnium rarissimo marmore, quod in Paulli Rhamnusij uiri optimi, ac bonarum litterarum, omniumq. pulcherrimarum rerum studiosissimi, luculentis aedibus Patauij conspicitur, accurate, & fideliter repraesentari fecimus. Ex hac namque postrema, non modo sententia nostra, de uera accubitus forma, quam primi forsan omnium Romae Octauio Pantagatho, Onuphrio Panuino, alijsq. grauissimis uiris, & postremo Patauij Ligorio, absq. marmoris ullius testimonio, ac sola coniectura proposuimus, librorumque auctoritatibus tutati sumus, apertissime confirmatur, quaeque fuerint ueterum triclinia per-
C spicuo cognoscitur, immo uero Lambini, ac aliorum qui ex ingenijs accubitum uarijs modis describere aggressi sunt, opiniones refelluntur, simul plura scriptorum obscura & praeclara loca illustrantur, ut non immerito debeant cuncti bonarum artium, & antiquitatis amatores in primis doctissimi uiri Io. Baptistae, qui lapidem comparauit, Manibus; tum Paullo Rhamnusio filio, qui eum egregie custodiuit, & nobis indicauit, immortales gratias agere. Etenim ei quod Plutarchus de loco consulari, nec non de tribus tricliniorum mensis disseruit, iam non obscurum est, quam mirifice quadret proposita triclinij Rhamnusiani figura. Similiter, & quae ab Horatio de conuiuarum situ uarijs in locis narrantur, non aliunde melius intelligi possunt, praesertim quando scribit. 1. de symp. probl 3.

Lib. 1. Sat. 4. *Saepe tribus lectis uideas coenare quaternos* D
E quibus unus auet, quauis aspergere cunctos
Praeter eum, qui praebet aquam.

Quem locum dum Lambinus exponeret, cur antiquos consueuisse in quolibet lecto magna ex parte quaternos cenare palam asseruerit, sane miror, quasi non sit cuiq. perspectissimum leges extitisse quae numerum conuiuarum nouem excedere uetabant, sicut & adagium illud uulgatissimum, septem conuiuium, nouem conuicium, attestatur. Quinimmo Iulius Capitolinus refert L. Verum Imperatorem praeter exempla maiorum, cum duodecim solemni conuiuio primum accubuisse, ita ut prioribus saeculis potius ternos, atque pauciores adhuc singulo lecto conuiuas discumbere solitos fuisse conuincatur: nisi epula publica, & nuptiales cenas excipiamus, in quibus cum magna hominum E copia coueniret, nequaquam accubentiũ numerus seruari poterat, ut ex Plutarcho, ac Rhamnusiano lapide colligitur; quo uel epulum publicum, uel nuptialem coenam repraesentari non est dubitandum. Quod autem Turnebus, & Lambinus idem de puero aquam praebente sunt interpretati, equidem non improbo. at forsan nec absurdum fuerit, si Flacci uerba de eo puero exponantur, quem tam omnes fere mensarum sculpturae antiquae, quam poetarum testimonia conuiuijs semper frigidam, & calidam praebuisse ostendunt, quemq. cunctos, ne ab ipso male tractarentur, reueritos esse, & ab eo mordendo abstinuisse uerisimile fit. Iam uero Maria Magdalena ut stans retro pedes Christi coenãtis lauerit, atq. Ioannes supra eiusdem Christi pectus recubuerit, ex hac eadem Rhamnusiani triclinij figura, secus quam pictores antiquarũ rerũ ignari faciant, sine labore conijcitur: quemadmodũ nec arduũ est pcipere quid Martialis significare hoc disticho uoluerit. F

(margin: 5. Symp. 5.)

lib. 5. *Omnia cum retro pueris obsonia tradas*
Cur non mensa tibi ponitur a pedibus?

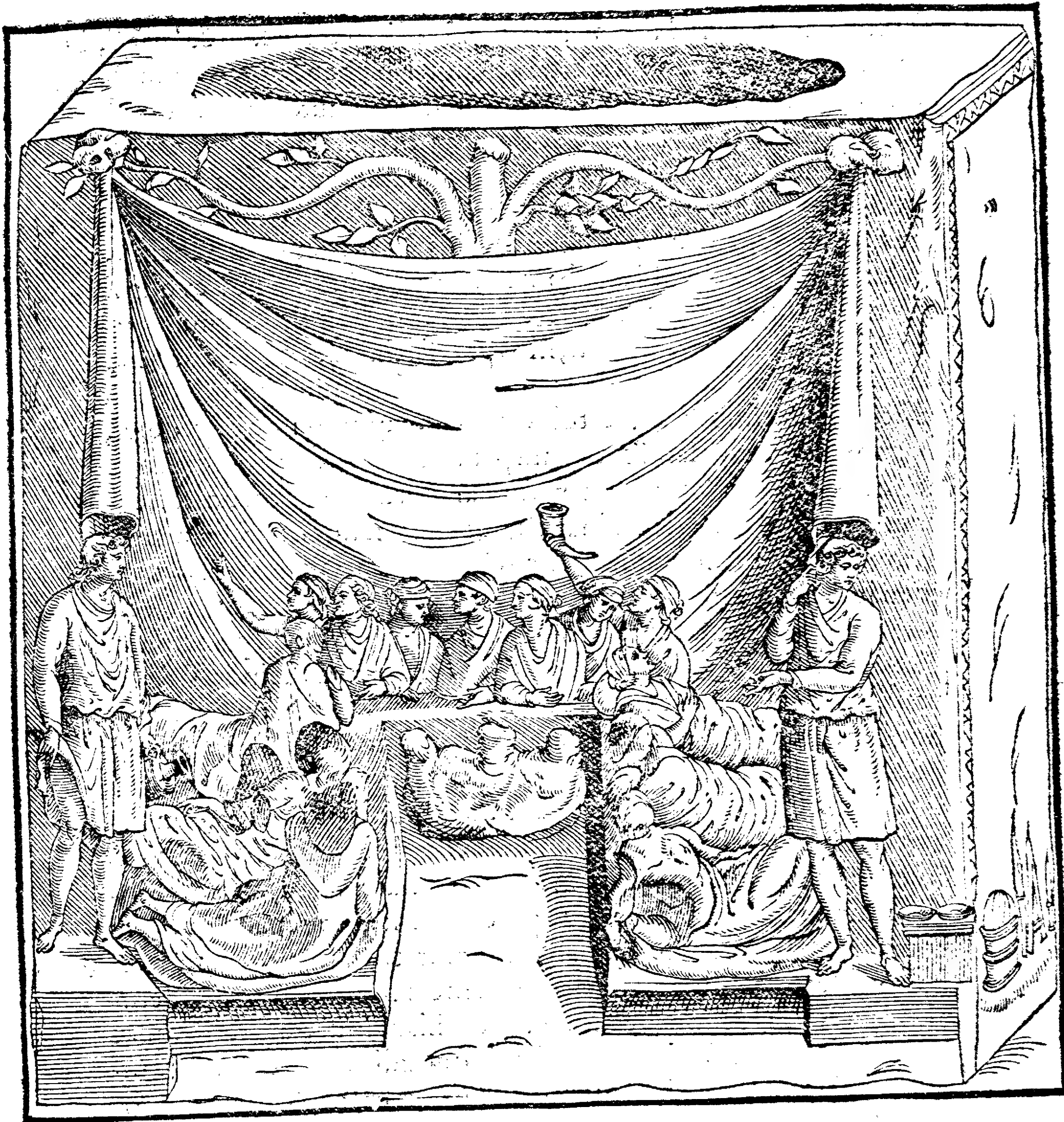
Siquidem cenantibus alte iacentibus spacia retro relinquebantur, in quibus seruis uaria ministrantibus multa offerre, & oblata recipere facile erat. sed praeter alia mox dicta, triclinium hocce tria non adeo uulgata monstrat nobis. Vnum est, quod memoriae prodidit Varro. s. quo tempore usus camerae ignorabatur, uela ad excipiendum puluerem ne super mensas spargeretur, atq. dapes simul consparcaret, & conuiuas, solita in triclinijs suspendi, atq. ab Horatio aulaea uocata, his carminibus designari. Lib. 2, Satyr. 8.

In-

A *Interea suspensa graues aulaea ruinas*
In patinam fecere, trahentia pulueris atri
Quantum non Aquilo Campanis excitat agris.

quem morem hodie Principes & Monarchas seruare compertum est: apud quos, mensas sub quibusdam ueluti tentoriis sericeis pa rari saepe uidemus. Alterum est, quod in uarijs nostris lectionibus docuimus, nimirum priscis illis temporibus priusquam coronae ex floribus, herbis, & auro in usum uenirent, cenaturos, cum ad dolores capitis ex cibo & potu auerruncandos, tum ad ebrietatem compescendam, laneis, aut lineis uinculis tempora & frontem uincire solitos. quod minime puto absq. ratione fuisse excogitatū, cum uenae arteriae, caeteriq. capitis meatus, quo ma gis coacti, atq. adstricti sunt, eo minus uapores a uino, & cibis sur B sum elatos, simulque molestias uarias inducentes recipiant. Tertium est, id quod luculentissime Athenaeus tractauit, apud Dipnoso- phiston.11 quem scriptum & probatum inuenitur, priscos illos primum cornibus boum potasse, indeq. κεράσαι, id est temperare uinū aqua ἀπὸ τῶν κεράτων id est, a cornibus uocatum esse: tum cornua illa non solum auro, & argento ornata, uerumetiam argentea, & aurea esse facta, illisque conuiuas sibiipsis mutuo propinare consueuisse: ut ex his omnibus iure colligendum uideatur, lapidem Rhamnusianum esse uetustissimum, in quo & aulaea, & conuiuarum cinctae laneis, seu lineis uinculis frontes, & cornu facta propinatio clarissime repraesentantur, una cum aliis instrumentis nonnullis in dextro margine expressis, quae aliis, in antiquitate explicanda magis uersatis, relinquo declaranda; quos etiam C monitos cupio, ne si quae discumbentium, & mensarum figurae in hoc ipso triclinio minus integrae conspiciuntur, ulla admiratione capiantur, quoniam ut est hodie marmor ipsum uetustate corrosum, & pene deletum, repraesentare satius duximus, quam addentes aut dementes quicquam, fidem nostram suspectam reddere.


ACCVBITVS



MARMOREVM TRICLINIVM VETVSTISSIMVM Patauij, in Ædibus Rhamnuſianis, poſt Curiam Vrbis Praefecti, in vico Patriarchae, ad Diui Petri.

Nunc itaq. ad id quod supra proposuerã rediens dico, cum & lauãdi, D & accũbendi mores simul introduci, augeriq. coeperint, uerisimile fieri, alterum eorũ ab altero ortum duxisse: non autẽ est dicẽdum ab accubitu balnea utpote ualde antiquiora, ortum duxisse: igitur remanet ut accubitus a balneis principium habuerit. Secũda ratio est, quod ueteres usq. ab Homeri temporib. statim post balnea coenitabant, quinimmo ex locis Homeri a nobis supra citatis clare elicitur, mensas prope locum ubi lauabantur, parari solitas fuisse. ex quo si cõmoditatis, uoluptatis, ac ualetudinis rationes consideremus, ualde rationi consentaneum erat, illos praesertim, quibus priuata erãt domi balnea, iam lotos, & detersos, ne noxã ullam incurrerent, sed lassitudinem effugerent, lectulos ingredi, a quibus non discederẽt, sed mox prope mensas, & coenam parari curarẽt, sicq. comederent, perinde ac tempestate nostra maior pars eorum medicorum facien- E dum iubet, qui aut ualetudinarios, aut etiam sanos lauari mandant, nam κλισμοὶ illi, in quibus procos lotos Homerus sedere facit, dũ coenãt, haud multum lectulis accubitorijs dissimiles erant, ut hinc quoque coniicere ualeamus, tunc accumbendi morem principium quoddam obscurum habuisse; quod posterioribus deinde saeculis
li. 14. c. 22. paullatim crescens in eam formam terminatum sit. Nam & Plinius hoc innuere uoluisse mihi uidetur, quando nonnullos uino nimiũ deditos improbat, quod post balnea lectos ingredi prius, tunicamque induere non paterentur; sed nudi protinus ad bibendum accurrerent. Accedit tertia ratio, quod cum neque ob uoluptatem, commoditatemue ullam aliam, aut honestatem ita accumbere inchoarint, quando si sedentes, atq. accumbentes in cenãdo inuicem comparemus, illi ualde maiori commoditate, facilitate, dignitate, F ac honestate utuntur, quam accumbentes: coniiciendum uidetur aliqua alia iusta ratione consuetudinem illam inuectam fuisse, quae opinione mea, nulla alia fuit, nisi quia quotidie lauabantur; a lotione ne offenderentur, lassitudinemue incurrerent, & humectatione balnei magis fruerentur, lectos ingrediebantur, atque ibi uel lacerna induti, uel nudi, ut in marmoribus aliquibus ostenduntur, mensas sibi ipsis apparari iubebant. Ex quo paullatim huiuscemodi consuetudine crescente factum fuit, ut non modo semper mensae, & lecti simul pararentur, uerum etiam magnum dedecus foret, si quis coenans non accubuisset, ut Martialis significauit, ubi Syriscum damnat, quod in popinis sellularijs non accumbens coenaret. Quod si quis sententiae nostrae id refragari uelit, quod uerisimile nequaquam uidetur in epulis publicis, in nuptijs, in cenis pri-

uatis,

A uatis, semper balnea ante cenam adhibita, ut eorum gratia in le-
ctis accumberent; & quod magna pars hominum in publicis bal-
neis gymnasiorum lauabantur; in priuatis uero domibus cenabant;
unde necesse erat exeuntes ab ipsis indui, & praeterea minime cre-
dendum esse, artifices, & omnes denique, qui accumbendo cena-
bant, semper antea lauisse, quando praesertim, ex Plauto, Terētio,
& ex lapidibus Romanis scitur accubituris soccos & soleas detrahi
solitum. quod argumentum est, eos non semper a balneis tunc di-
scessisse; & quādo similiter constat triclinia a balneis separata fuis-
se, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormiebāt,
diuersos exstitisse. Huic primum respondeo, minime mihi plene
constare, quod omnes indiscriminatim semper accumberent, uti
certum est de nobilioribus, atque ditioribus, qui priuatas domi bal-
B neas habebant, quando Horatio priuatam sui ipsius uiuendi ratio- lib 1. Ser.
nem exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando Mar ep. 6.
tialis eos qui in sellularijs uocatis tabernis comedebant, minime ac-
cubuisse significat, ubi de Syrisco in hunc modum loquitur,

Infusum sibi nuper a patrono
Plenum Maxime centies Syriscus
In Sellariolis uagus popinis
Circa balnea quattuor peregit.
O quanta est gula centies comesse.
Quanto maior adhuc nec accubare?

Sed esto quod accumberent, quin etiam omnes lauarentur, mi-
nime negari potest, cum uel rarissime, uel numquam de accu-
bitu apud auctores mentio habeatur, quin lotionem quoque ali-
C quo pacto nominari appareat. De publicis epulis, atque nuptiali-
bus conuiuijs, fateor quidem omnes in stratis tunc accubuisse:
haudquaquam tamen iure quis infitiabitur, quod etiam quilibet
ante separatim, aut simul in priuatis, aut publicis balneis non la-
uaretur: immo uerisimile fit, accessuros ad publica, uel priuata a-
micorum conuiuia prius se lauisse, ne sordibus in die necessitate
quadam contractis infecti, ceteros mundiores perturbarēt, & pro-
pterea ipsis numquam non stratos fuisse lectos. Addo huic nequa-
quam me sentire posterioribus saeculis omnes propterea accubuis-
se cenantes, quia statim e balneis exirent, sed existimo accubitus
originem inde emanasse, quoniam antiquiores balneis egredien-
tes ad iam contractam, aut futuram lassitudinem uitandam post mo
dicum temporis interuallum lectos intrarent, atque ibi modo nu-
di, modo lacernis, aliisue in id paratis uestibus induti cenarent, at-
que

que inde mox aucta balneorum consuetudine usque adeo accum- D
bendi morem creuisse, ut nobiliores in delicijs maximis eum habẽtes, lectos nunc marmoreos, nunc argenteos (quod de Heliogabalo ferunt) in id separatim exstrui curarint, neque in iis, in quibus tamen quamplures, (ut de Lucio uero Imperatore tradit Capitolinus, & praesertim pauperes dormire consueuisse puto) sed in cubicularijs uocatis dormire uoluerint. quem morem accumbendi postea uiliores, & pauperes ad ditiorum imitationem, tam a balneis
lib. 11 de re rust. c. 1. quam illoti, ita frequentissimum effecerunt, ut Columella praecipere coactus sit, ne uillicus nisi sacris diebus accumbens cenaret; in qua re non secus contigit, ac euenisse conspicitur in balneis, atque plurimis alijs rebus, quae in honestum usum, & quasi necessitate quadam primum repertae, deinceps ad luxum, lasciuiam, uoluptatem, aliosque usus traductae fuerunt. Quis est, qui nesciat ueteres E
in couiuijs omnes prope excogitasse uoluptates, nihilque reliquisse, quod ad deliniendos animos faceret? sic enim sermones conuiuales ad animi intelligentias afficiendas magno studio inuenerunt, ad auditum oblectandum musicae uaria genera adhibuerunt, un-
3. Symp. Prob 1. 6. de simp. cap. de anetho. 2. Paedag. cap. 8. guenta pretiosissima odoratui dicarunt, sicut, & coronas ex folijs, floribusq. contextas, quas modo manibus, modo collo, modo capite ut lapides Romani, Plutarchus, Galenus, & Clemens Alex. testantur, tenebant; quo fragrantia, & colore naribus, atque oculis arriderent, somnum conciliarent, ebrietatem uitarent. quantum porro cibis, & potibus delicatissimis conquirendis studium adhibuerint, non modo fidem faciunt sexdecim illa eduliorum genera, ut
li. 7. ca. 16. ex Varrone refert Gellius, a longinquis regionibus Romã aduecta, atque alia quamplurima a Iulio Polluce nominata, uerum etiã mul F
ta, & prope innumera Auctorum de re coquinaria commentaria ab Athenaeo citata. De antiquorum in die semel tantum sese cibis implendi cõsuetudine, eius etiam opinionis sum, quod cũ ad emundanda corpora quotidie ante cibos, ut superiori capite diximus, ueteres lauari cogerentur, & a lotione lectos ingrederentur, uix semel comedendi in die otium ipsis suppetebat: quoniam si priuata cuiusque negotia spectemus, si & exercitationum, & balneorum, accubitusq. apparatum consideremus, magna temporis pars ipsis insumitur, ut si bis in die saturari uoluissent, aut negotia omittere, aut balnea interdum uentre pleno adire, aliosq. multos errores, & in ualetudine, & in alia uitae ratione committere fuissent coacti. Comedendi uero horam, & modum balneorum tempore, atque
6. de tu. ua. commoditate metiri institutum fuisse possumus a Galeno intelli-

Agere, qui si interdum ob aegrotantium inspectiones tardius se lauandum dubitabat, panem mane sumebat, quo cenae tempori sufficere ualeret, quando alij simili de caussa, panem, uinum, oliuas, aut quid aliud capiebant, uti non modo Galenus fassus est, sed etiam Horatius, ubi de se scribit.

Pransus non auide, quantum interpellet inani
Ventre diem durare.

Quod porro uespertinam horam cenae dedicarint, in caussa fuisse praecipue uitae commoditatem existimo; siquidem difficile fuisset post exercitationes, balnea, & cibum, agẽdis rebus operam nauare; praeterea cum accumbentes cenarent, alij statim somno capiebantur, alij modico temporis spatio uigilantes dormitum ibant: ex quo ad haec omnia nulla opportunior hora quam uespertina inueniebatur, quamquam etiam nonnullos, & praesertim medicos in hoc ualetudinis quoque rationem spectasse opinor, quando in nocte melius, quam interdiu, cibi conficiuntur, tuncq; perspicuũ est plus edendum, quando plus coquitur. Haec sunt quae de accubitus, & cenae antiquorum origine mihi παρέργως dicenda uolui.

B

De Auctoribus Gymnasticae, & gymnastorum ministris. *Cap. XII.*



QVemadmodum ceterae artes proprios auctores habuerunt, qui earum facultates, regulas, atque usum scriptis mandarunt: similiter gymnasticam illis nequaquam caruisse constat, qui & ipsam uoluminibus illustrarint, & ab obliuione uindicarint; sed factum est, ut quam iacturam plurimaę res hominum subierunt, isti quoque auctores fecerint, quando quidem hisce temporibus neminem eorum habemus, quos Galenum, atque alios antiquiores uidisse, ac lectitasse certo scimus. Quis etenim aetate nostra Hippocratis, Dioclis, Praxagorae, Philotimi, Erasistrati, Herophili, & Asclepiadis de hac re scripta, a Graecis, atque Latinis auctoribus citata uidit? quorum praeclarissima commentaria nisi hodie desiderarentur, forsan haec ars, quae iã dudum pene abolita est, non minus ceteris dignitatis, atque splendoris haberet; neque nos hunc laborem ad lucem eam reuocandi assumeremus: praetereo Theonis de hac eadem libros, Diotimi gymnastae de exercitationibus, & sudoribus a Theophrasto celebrata commentaria: quibus dum nos carere considero, non magnopere commoueri nequeo, atque interdum etiam ab incepta

C

opera

opera ualde deterreri; sed haec dimittentes iam gymnasiorum mi- D
nistros declaremus, inter quos primum locum tenebat gymnasiarchus, cuius munus erat toti gymnasio praeesse, & ueluti princeps quidam omnia moderari, tempus, & horas praescribere, ordinem ponere, & alia denique quae ad artium, & locorum publicorum principes spectant, sedulo curare: hunc Lydus paedagogus (In Bacc.) apud Plautum gymnasij praefectum uocauit, his uerbis: » Ante solem exorientem nisi in palaestram ueneras: » Gymnasij praefecto » haud mediocres poenas penderes. Ex quo loco gymnasiarchum colligitur in adolescentes, si quid peccassent, animaduertere magno Imperio consueuisse: ut etiam clarius in amatorio Plutarchus docuit. de hoc & Cicero in sexta Verrinarum: » Demoliendum curauit » Demetrius gymnasiarchus, quod is loco illi praeerat. Secundum locum habebat xystarcha. hic ambobus xystis, stadio, & deni- E
que cunctis athletarum exercitationibus praeerat, ut scriptum reliquit Tertullianus in libro ad martyres, & ut ex inscriptione coniicitur, quae Romae in foro Traiani in basi statuae Graecis litteris notata a nobis sic latine reddita est.

DEMETRIVM. HERMAPOLITAM. ALEXANDRINVM. PANCRATIASTEM. PERIODI. VICTOREM. PALAESTRITAM. ADMIRABILEM ALIPTAM. PONTIFICEM. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVM. XYSTARCHAM. BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVM. PATREM.

M. AVREL. ASCLEPIADES. QVI. ET. HERMODORVS. ALEXANDRINVS. HERMOPOLITA F
MAGNI. SERAPIDIS. AEDITVVS. PANCRATIASTES. PERIODI. VICTOR. ALIPTA. QVEM NEMO. DETRVDERE. POTERAT. INCVLPATVS. XYSTARCHA. FILIVS. PONTIFEX. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVS. XYSTARCHA. ET BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVS.

Ab hoc, sententia mea, diuersus fuit Praefectus luctae a Galeno ἐπιστάτης παλαίσματος uocatus, qui perinde, ac Paedotriba quidam luctantium dumtaxat magister erat, cum xystarchus plurium exercitationum moderator, uictorumque & omnium praemiorum (6. Epidim. sect. 8. prope finem) decernendorum iudex foret. nominatur, & ab Hippocrate παλαιστροφύλαξ, nos custodem palaestrae dicere possumus; quod

non

A non ſolum ipſe luctaretur, uerum etiam palaeſtrae curam haberet. Agoniſtarcham uero eum fuiſſe puto, qui certaminum publicorum praefectus eſſet, quiue & in amphitheatris, & in gymnaſijs, ubi athletae in publicos ludos prodituri prius exercebantur, munus ſuum obibat. eius habetur mentio in hac uetuſta inſcriptione a Ligorio mihi communicata.

APOLLINI. INVICTO
SACRVM
M. AVRELIVS. M. AVG
LIB. APOLLONIVS
B AGONISTARCHA.COM
MODIANVS.

Poſt hos aderat Gymnaſtes, quem Galenus ſecundo de tu. ual. uoluit magiſtrum omnium exercitationum exſtitiſſe, qui eorum uires, ac potentias ad ſanitatem conducentes callens, quo modo fieri deberent, quam diu, & quae quibus conuenirent, tam athletas, quam ceteros omnes exercitatores edocebat; eo quod uel medicus eſſet, uel medico in multis par, ut ex Platone xj. de legibus colligitur. ubi ſi quis ſeruum aegrum medico, aut gymnaſtae uendat, non eſſe redhibendum uult, quaſi uterque languentes ſanis dignoſcere ſcire debeat. hunc Xenophon, ut refert Iulius Pollux, Progymnaſtem appellauit, Plato uero Paedotribam, referēte Galeno, C uocare maluit. is enim in tertio de republica Herodicū medicum qui primus gymnaſticam medicinae iunxit, Paedotribam nominauit, & in Protagora ita ſcriptum reliquit: ἔτι τοίνυν πρὸς τούτοις εἰς παιδοτρίβας πέμπουσιν, ἵνα τὰ σώματά βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ διανοίᾳ χρηστῇ οὔσῃ. i. Praeter haec adhuc ad paedotribas mittunt, ut corpora meliora habentes menti bonae exſiſtenti inſeruiant. Galenus tamen in conſilio pro puero epileptico paedotribas rudes, & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuiſſe tempore ſuo, tradit. Ἀλείπτην quoque ab Ariſtotele 2. Ethic. capit. 6. a Paulo Aegineta ἰατραλείπτην, & a Latinis Aliptam hunc eundem uocatum reperio: ſi quidem Celſus, ubi dixit ſanum hominem nullis ſeſe legibus obligare debere, neque medico, neque alipta egere; nullum alium niſi gymnaſtam intelligere uoluit; ſicuti etiam Cicero in epiſtola quadam ad Lentulum, in qua haec ſcripta reperiuntur: Sed uellem non ſolum ſalutis meae, quemadmodum medici,

[Margin notes: In lib. ad Thraſ. — lib. 3. c. 47 — lib 1. c. 1.]

„ dici, ſed etiam, ut aliptae, uirium, & coloris rationem habere uo- D
„ luiſſent. Ex quo Clemens Alexandrinus vj. Strom. dixit, ſanitatem per medicinam, bonam uero corporis habitudinem per alipticam comparari: quamquam etiam aliquando pro unctore ipſo, uel pro unctorum magiſtro aliptam accipi ſciam: ut apud Plutarchum in libro de tuenda ualetudine, & Coelium Aurelianum ſaepius uidere eſt. quo in caſu Hippocratem ἐζαλείπτην potius dicere uoluiſſe, notat Galenus in linguarum explanatione. Poſt Gymnaſtem erat Paedotriba, qui licet ſecundum Platonem ab eo differre non uideretur, Galenus tamen eos ualde diuerſos fuiſſe ſcribit, dum Gymnaſtam medico & Imperatori, Paedotribam militi, & coquo aſsimilat, merumque gymnaſtes miniſtrum nuncupat. nam ſicuti miles nihil eorum, quae ad bellicam ſcientiam pertinent, & coquus eorum, quae ad medicinam, nouit, ſed alter Imperatoris, alter me- E dici dumtaxat mandata exſequitur, pariter Paedotriba exercitationum omniũ facultates ignorabat, gymnaſtaeque praecepta ſolum faciebat, utpote qui & uſum, & differentias, & modum exercitationum experientia quadam calleret, ſed ob ignorantiam ſaepenumero aberraret, ut innuere uoluit Galenus in libello de puero Epileptico, ubi dixit, difficile fuiſſe prudentem paedotribam inuenire. Hanc gymnaſtae, & paedotribae differentiam Ariſtoteles quoque philoſophus cognouiſſe uidetur, dum 8. Politicorum concludit, Adoleſcentes gymnaſticae atque paedotribicae tradendos fore: quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera operationes; & quarto Politic. loco antea citato dicit: μηδ᾽ ἐν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε, καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν. Gymnaſtes itaque erat praefectus exercitationũ, F paedotriba uero miniſter, & panifici, coquo, ac aedificatori proportione reſpondens, facere panes, obſonia, aedes ſcientibus quidem, minime tamen, quid in ipſis optimum ſit, quid non optimum, intelligentibus, quamue facultatem ipſorum unumquodque ad ſanitatem haberet, non dignoſcentibus. Haec duo nomina apud Homerum non exſiſtere narrat Galenus: quod, ut antea declarauimus, ſemina dumtaxat artis gymnaſticae tunc temporis apparebãt, neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neque artifex, & miniſter erant. Aderat & Sphaeriſticus, eorum, qui pila ludebãt, inſtitutor, ac ueluti paedotriba, quiue, ſecundum Galenum, omnem pilae iactum, exceptum, repulſumue callebat, minime tamen, quem corpori affectum parerent hi, noſcebat. Aderant ſerui fricandis corporibus deſtinati, qui ad praeſcriptum gymnaſtae, aut

In lib. ad Tharſ.

Cap. 3.

2. de tu. ual.

paedo

A paedotribae modo nudis manibus, modo unctis, modo cum linteis alias duris, alias mollibus, alias asperis, alias mediocribus, uario, ac diuerso modo, prout opus erat, corpora fricabant. Post hos erant & reunctores ita a Plinio, ac Celso nuncupati, quod corpora iam exercitata ungerent, reungerentue. hos, fuere qui crediderint, a Paulo Aegineta ἰατραλείπτας uocatos: sed decepti sunt, cum alium fuisse ab his ἰατρολείπτην ostenderimus. Mediastini quoque gymnasijs ministrabant pauimenta euerrentes, necnon multa alia pro seruitijs gymnasiorum obeuntes. Pyrrhus Ligorius inter alia antiquitatis eius praeclarissima monumenta hanc inscriptionem habet, in qua Mediastinorum fit mentio. lib.1.c.45.

DIIS. MANIBVS. S.
B TITO. FLAVIO. OLENO
SERVO. ET. PROCVRAT
BALNEI. T. FLAVI AVG
VCT. MEDIASTINO
VIX. ANN. XC. MEN
VII D. VIIII.
T. FLAVIVS. T. L
POLYMNESTVS
MEDIASTINVS
AVG. N. FAC. CVR

Aderant serui balneares, lotos in balneis primo cum spongijs, modo
C purpura tinctis, ut refert Plinius, modo candefactis, deinde cũ linteis exsiccantes. hos quoque arbitror ego consueuisse strigilibus corpora exercitatorum distringere, atque a strigmentis depurare. Aderant pilicrepi, qui sphaeris pice oblitis curabant, ne ignis balneorum exstingueretur. quidquid alij dicant, qui pro pilicrepis lusores pilae, utpote obstrepentes, intelligendos putant, male sententias Martialis & Statij, de quibus nos locis suis loquemur, interpretantes. Alipili, qui (vt refert Seneca) ad uellendos ab aliquibus corporis partibus, & praesertim alis pilos adhibebantur: nisi uelimus, ut docti uiri censuerunt, pedierepos, & alipedos apud Senecam legere, quasi in gymnasijs essent, qui a pediculis homines purgarent, & inter occidendum ipsos magna uoce singulos enumerarent, ita ut Seneca ab huiuscemodi uocibus offenderetur. quorum tamen sententiam non probo, quod Iuuenalis certo testatum faciat, fuisse Epist.57.

se in thermis, qui ab alis pilos auellerent, ubi seruos suos describens D
Persico ait:

Sat. II.

Nec pugillares defert in balnea raucus
Testiculos, nec uellendas iam praebuit alas.

Lib. 14. ca. 20. lib. 29. cap. 1.

Atque hos modo uolsellis ad id obeundum usos esse: nunc resina, (hanc enim in euellendis uirorum corporibus pilis maximum honorem obtinuisse confitetur Plinius) nunc psilothris, opinor. quando narrat Suidas in conlectaneis, Ephoros, morum apud Lacedaemonas censores, coactos aliquando fuisse, lege, & edicto cauere, ne in balnea inferretur pix, utque omnes depilatores exploderentur. Ianitores quoque gymnasiorum unum quodque habuit; Fornacatores, de quibus supra locuti sumus. Ministrabant praeterea gymnasijs uariarum rerum uenditores, ut possent illi, qui in ipsis uersabantur, & cupiditatibus, & necessitatibus satisfacere. inter quos E adnumerantur a Seneca libarij, hoc est, ut prudenter notat Rhodiginus, liba uendentes, botularij, crustularij. &, quoniam inter exercendum saepe uulnera, contusiones, contorsiones, luxationes, multaque alia fieri solent, ob id gymmnasia medicos similiter habuisse opinor, qui mane & uespere huiusmodi casibus occurrendi, atque medendi gratia praesto adessent, quemadmodum & in ludis, seu publicis spectaculis. quod eo magis uerum puto, cum Romae inuentae sint hae duae antiquae marmoreae inscriptiones, quibus medici ludi Matutini, & ludi Magni explicata habetur mentio.

DIS.MANIBVS
M.CALPVRNIO.M.F.MEN F
VOSENNIO
VIX. ANN. XXX. M. IIX
M.CALPVRNIVS.M.F.MEN
HILARIVS.MEDICVS
LVDI.MAGNI
FRATRI.PIISSIMO.FEC

EVTYCHVS.AVG.LIB.NERONIANVS.MEDICVS.LVDI
MATVTINI.FECIT.SIBI.ET.IRENE.LIB.CONIVGI
CARISSIMAE.BENEMERITAE.ET.LIBERTIS
LIBERTABVS.Q.POSTERIS.Q.EORVM

Qui

A Qui autem essent ludi Matutini, & Magni, ita proditum inuenio, quod spectacula, quae ad populum fiebant, partim mane, partim post prandium, quod in urbe publice dabatur populo, edebantur. Mane belluarum inter se, & hominum cum belluis certamina proponebantur, ut ex Seneca epist. vij. necnon in fine tertij libri de Ira cuiuis perspectum esse potest. Post prandium hominum inter se pugnae committebantur: quod genus gladiatorium munus apud Historicos saepe nominatum inuenitur: de quo etiam meminit idem Seneca epist. vij. Illos, qui aduersus bestias certabant, bestiarios; gladiatores autem meridianos a Suetonio in Claudio uocatos, facile est intelligere. Cur autem meridianum spectaculum sit uocatus ludus magnus, existimo caussam; quia maior pars spectatorū confluebant ad uidenda hominum, quam bestiarum certamina: ut
B iure omnes, & praesertim Seneca hanc populi in spectandis homicidijs delectationem sint insectati. Non est tamen illud ignorandum, scholas quasdam Romae magnos, & matutinos ludos esse uocatas, forte quod in illis meridie, in his mane homines exercerentur. Concludo igitur gymnasia hos omnes habuisse ministros, gymnasiarcham loci principem, xystarchum, athletarum magistrum, gymnastam omnibus exercitijs praefectum, atque non ignobilem, cum eorum facultates pro sanitate, modum, & tempus utendi acalia dignosceret. Subiecti gymnastae multi erant ministri, paedotriba qui palaestrae ministrabat, exercitationibus luctae praefectus, sphaeristiricus, fricator, reunctor, & mediastinus, pilicrepus, alipilus, Ianitor, fornicator. Atque haec de gymnasijs antiquorum a nobis satis dicta sint.

C *De trium gymnasticae specierum differentijs, bellica, legitima siue medica, & uitiosa seu athletica. Cap. XIII.*



QVICVMQVE artem, aut rem aliquā sibi exacte tractandam proponunt, operaepretium est, ut non modo illius naturam, atque singulas conditiones explicent, uerum etiam illam ab alijs, quae similem naturam perinde, ac nomen obtinere uidentur, ita distinguant, ne lectores aequiuocatione decepti uel circa res ipsas insigniter decipiantur. & ideo cum nos gymnasticam ueram tractare proposuerimus, quae medicinae pars esse definita iam a nobis fuit, aliaeq. sint gymnasticae circa eadem fere uersantes: necessum arbitror de his ipsis sermonem facere, quo habito possit diuersitas omnium facillime internosci. repetentes igitur quae superius diximus, tres statuimus

gymnasticae totius species gymnasticam ueram seu legitimam (ut D Galeni more loquar) bellicam, tertiam uitiosam a Galeno nuncupatam: hae omnes licet circa easdem fere humani corporis exercitationes tractationem, operationemq. habeant, nihilominus finibus, quorum gratia singulae institutae sunt, magnopere, sicut etiã supra monstrauimus, differunt. Nam gymnastica simplex & medicinae pars id solum curat, ut homines exercitationum moderatarũ ope, & sanitatem acquirant tueanturue; & bonum habitum adipiscantur; ὁμολογῶ (dicebat Plato) μὴ τὰ πολλὰ, ἀλλὰ τὰ μέτρια γυμνάσια τὴν εὐεξίαν ἐμποιεῖν τοῖς ἀνθρώποις, idest, Fateor haud multas, sed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum inserere. Hoc ita esse quoniam Galenus tũ in libello ad Thrasibulum, tum in libris de tuenda ualetudine non minus copiose, quam luculenter demonstrauit, & nos quoq. superius aliqua ad hanc speciem pertinentia declarauimus, haud amplius in ea celebranda uerbis immorabor, sed ad Bellicam transibo: cuius unũ studiũ erat homines pueros atque etiã apud nonnullos mulieres earundem exercitationum adiumento ita disponere, atque aptare, ut & in bello sese fortiter gerere, & hostes propulsare, & patrias tueri, & omnem denique militarem peritiam tenere ualerent. quamuis enim haec quoque sicut & superior bonum corporis habitum compararet, & sanitatem quodammodo tueretur, quia tamen proprius illius finis erat homines bellis gerendis idoneos atque fortes efficere, propterea eandem nõ esse satis aperte constat. quod uero bellica gymnastica nullam aliam naturam habeat praeter a me explicatam, locupletissimum testem Platonem in medium afferam, qui in septimo de legibus (postquam declarauit iuuenum, & puerorum educationem maiorem partem in rebus pub. obtinere) decernit publicos magistros habendos, qui gymnasticam pueros, atque puellas, & uirgines edoceant, quod ad assequẽdam militarem peritiam, nil melius palaestrica & saltatoria gymnasticae partibus inueniatur, id quod etiam elegantissime in tertio de repub. & alibi saepe prosecutus fuit. Post Platonem Aristoteles similiter gymnasticam bellicam in octauo Politicorum expresse indicauit, ubi tam eas, quae athletarum habitudinibus corpora iuuenum deformare, & eorum augmentationem impedire student Ciuitates, quam Lacones efferatos laboribus adolescentes efficientes reprehendit, eamq. pueris gymnasticam tradendam consulit, quae mitioribus laboribus, & magis mansuetis exercitationibus illos robustos, & in bellicis negotijs uere fortes reddere queat. de hac gymnastica clare locutum

in lib. de Philos.

E

F

Ga-

A Galenum non reperio, nisi uelimus ipsum dum legitimam celebrat sub ea istam comprehendere, quod & ipsa bonae habitui comparando incumbat, licet ad bellicam peritiam & aptitudinem cuncta sua studia dirigat; atque illi qui medicinae gymnasticae operam nauant, etiam dum oportet, bellica uti ualeant. Vegetius inter latinos quantopere conferret haec gymnastica militiae, quomodoque addiscenda, atque exercenda sit, in suis de re militaris libris luculenter edocuit: ut non sit ulli dubitandum, quin huiuscemodi ars apud Graecas, & Latinas nationes in pretio habita fuerit. Praeter has duas est etiam gymnastica alia uitiosa, & athletica a Galeno nuncupata, quae hominibus robustis efficiendis (talis enim fuit Milo Crotoniata, & athleta ille, quem Olympiodorus quarto metheorolog. cap. de duro & molli τὰ ξύλια comminuere solitum scri-
B psit) quo in certaminibus uincere, & praemia, ac coronas mereri possent, operam nauabant, quamue pluribus nominibus apud auctores uocatam inuenio. Nam Graeci modo ἀγωνιστικὴν, modo ἱερὰς ἀγῶνας, modo ἀθλητικὴν, modo γυμνικὴν appellant. Latini alias gymnica certamina, alias sacra, alias ludos, alias gymnicos ludos, alias athleticam artem dicunt. Prout huiuscemodi certamina in honorem alicuius Deorum celebrabantur, uel sacra certamina, uel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumq. exercitatores aliquando sacrorum certaminum athletas uocatos inuenio, ut apud Xenophontem in libro de dictis & factis Socratis: ὥσπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγώνων ἀθληταὶ ῥᾳδίως πρωτεύσαντες ἀμελοῦσι τῆς ἀσκήσεως, idest, Quemadmodum gymnicorum certaminum athletae facile primas tenentes, exercitationem contemnunt, alijs uero nominibus uoca-
C bantur, quando aut in amphitheatris, & circis ad oblectandum populum peragebantur; aut in gymnasijs, uel aliis publicis locis exercitationis gratia dumtaxat fiebant, nomen hoc tamen omnes secundum Iulij Pollucis sententiam huiuscemodi certatores commune habuisse reperiuntur, quod athletae ut plurimum uocati sunt simplici nomine uel a fine, qui ἄθλον, siue praemium erat, cui operam nauabant, uel ἀπὸ τοῦ ἄθλου idest a certamine, nisi potius (quod maluit Galenus) dicamus nomen illud ἀπὸ τοῦ ἀθλίου, siue ἀπὸ τῆς ἀθλιότητος deductum, ad significandam huiusce generis hominum incredibilem miseriam, quod tamen non est necesse credere. Dixi quoscumque exercitatores tales gratia praemij certantes simplici nomine athletas appellatos, quoniam Plato etiam in gymnasticae bellicae professoribus interdum eo nomine, sed non simplici utitur, immo fere semper aliquid apponit, sicuti in.3. de Repu.

Lib. ij.

In suas ad bo.ar

ubi athletas ueros a bellicis distinguens ita inquit: κομψοτέρας δ' ἔτι- D
νος ἦν δ' ἐγὼ ἀσκήσεως δεῖ τοῖς πολεμικοῖς ἀθληταῖς, οὕς γε ὥσπερ κύνας ἀγρύπνους τε ἀνάγκη εἶναι, idest, Elegantiore quadam exercitatione, inquam ego, athletis bellicis opus est, quos tamquam uigiles canes esse necessarium est. & rursum septimo de republi. τὸ δὲ δ' ἐννοῶ λέγων ἅμα, οὐκ ἀθλητὰς μέντοι πολέμου ἔφαμεν τούτους ἀναγκαῖον εἶναι νέους ὄντας; idest, hoc autem inter dicendum mihi in mentem uenit. Nonne belli athletas iuuenes esse debere diximus? Atque alibi similiter. Ex quibus omnibus apparet, quod, ubi Plato athletas appellat gymnasticae bellicae exercitatores, semper apponit, πολεμικοῖς, uel πολέμου, uel aliud, ut in fine septimi de legibus, τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, non ob aliā rationē, nisi ut eos ab athletis ueris distinguat. Quare concludens dico, primae, & secundae gymnasticae professores numquam proprie athletas uocari, sed E
tantum professores tertiae, quo nomine uere proprie palaestritas, pugiles pancratiastas ceteros, gratia praemij certantes, minus proprie uocatos fuisse confitetur Galenus primo de alimentorum facultatibus libro. qui palaestritae, & reliqui, cum id solum propositum haberent, ut ad certamina se compararent, in quibus interdū totum diem, aut luctari, aut παγκρατιάζειν cogebantur, iccirco cibo indigebant corruptu & euaporatu difficili, cuiusmodi est cibus ex suillis carnibus, quibus soli ueri athletae uescebantur, atque tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in alijs locis ob praemium, & gloriam certabant, in hoc a ceteris diuersi, quod solum uincere, & coronam assequi studerent, cum alij uel bono habitui corporis acquirendo, & sanitati tuendae; uel militari fortitudini, & peritiae acquirendae intenderent, quos simpliciter gym F
nasticos, & exercitatos, uel athletas bellicos nuncupari inuenio. ex quo colligitur alium esse simpliciter athletam, alium simpliciter gymnasticum, necnon tres fuisse artes in exercitationibus uersantes communi nomine gymnasticae uocatas, quarum medica omnibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud medicos loquor, quod alij forsan hanc primariam effecerint) minus; tertia omnium minime, nimirum, quae, a praedictis degenerans, uitiosa appellata sit: quaeue robori, non sanitati operam daret: robur enim diuersum habitum a sanitate exigere, testis est Aristoteles viij. sect. problem. vj. quo in loco pinguem habitum robori, sanitati uero rarum conuenire scribit.

A *De uitiosa Gymnastica, siue Athletica. Cap. XIV.*



POSTQVAM de bellica gymnastica, atq. etiã de gymnastica simplici, quãtum ad praesens negotium spectabat, satis disseruimus, iam opportunum erit de athletica sermonem habere. quę quoniam temporibus Galeni, atq. etiam superioribus maximam auctoritatem sibi uendicauerat, ideo ei opus fuit, ut eam longissima oratione, atque impurissimis contumeliosissimisq. uerbis insectaretur. quod quam sapiẽter simul ac iuste fecerit, ex his quae de illius professorum moribus aliisq. conditionibus dicturus sum, facillime clarum futurum spero. & ut a principio exordiar, Plinius auctor est gymnasticos ludos a Lycaone, athleticam ab Hercule olympiae inuentam fuisse: ut tota haec ars B duos parentes habuerit, qui tametsi insignes fuerint, atque artem illustrẽ & admiratione dignam primo condiderint, illa tamen longo postea temporis interuallo, atque prauis hominum moribus ita corrupta, ac adulterata est, ut uerius κακοτεχνίας, quam artis nomẽ ei conuenisse dixerit Galenus, si quidem illius exercitatores dum spe uictoriae, & praemij (quorũ gratia qui certabant omnes, athletas uocatos proprie docuimus) corpori incrassando, roboriq. comparando nimium incumbebant, mentem etiam crassam, sensusq. omnes hebetes, torpidos, ac segnes reddebant. unde non immerito Plato athletas somnolentos, segnes, ignauos, desides, uertiginosos, tandemq. morbosos nuncupauit: Hippocratem medicum secutus, qui habitus athletarũ ueluti periculosos, maximisq. aegritudinibus obnoxios ubiq. detestatus est, sicut & Plutarchus eos saxis atq. C gymnasiorum columnis similes effecit, alias item confessus quod Graecis nihil aliud mollitiem, atq. seruitutem inuexerit, nisi haec gymnastica uitiosa, cuius opera torpentes atque relanguescentes ab armis delapsi sunt, contenti pro strenuis, atq. fortibus militibus seipsos bonos palaestritas, & athletas dici. Porro hanc rem ita esse nemo sane dubitabit, si totam eius naturam breuissima oratione ab Aristotele explicatam perpenderit: is enim in primo Rhetoricorũ libro de Agonistica (sic etiã athleticam appellatã superius diximus) haec scripta reliquit: ἀγωνιστικὴ δὲ σώματος ἀρετὴ σύγκειται ἐκ μεγέθους καὶ ἰσχύος καὶ τάχους, καὶ γάρ ὁ ταχὺς ἰσχυρός ἐστιν, ὁ γὰρ δυνάμενος τὰ σκέλη, καὶ ῥίπτειν πως, καὶ κινεῖν ταχὺ καὶ πόῤῥω, δρομικὸς. ὁ δὲ θλίβειν, καὶ κατέχειν, παλαιστικὸς, ὁ δὲ ὦσαι τῇ πληγῇ, πυκτικὸς, ὁ δὲ ἀμφοτέροις τούτοις, παγκρατιαστικὸς; ὁ δὲ πᾶσι τούτοις πένταθλος. idest, Agonistica autem corporis uirtus ex magnitudi-

In suas. ad bo. ar.

lib. 7. c. 56.

In lib. ad Thras.

Tertio de repub.

1. Aph. lib.

In lib. de tu. ual.

Cap. 5.

ne,& robore,& celeritate componitur: nam & celer fortis est: qui D enim quodammodo crura proiicere,& uelociter,ac longe mouere potest,cursor; qui uero comprimere,& cōtinere luctator; qui percussione impellere, pugil; qui autem utrisq. his, pancratiastes,qui uero omnibus his,quinquertio est. Ex quibus clare patet athletarū omnium institutionem, atque disciplinam huc tantum spectasse, ut corporis magitudinem,robur, atque celeritatem compararent, quibus soli ceteros antagonistas superare, & praemio honoreq. potiri ualerent. id quod licet pluribus certaminum generibus con tenderent,quinque tamen praecipua erant,in quibus uel semper, uel plerumq. tā in sacris certaminibus, quam in ludis, amphitheatris,& publicis spectaculis, sed praesertim in stadio,quod fere solis athletis proprie destinatum erat,certabant,lucta,pugilatus,cursus, saltus,& discus.unde luctatores,pugiles,cursores,saltatores,discoboli nuncupabatur,qui separatim in singulis pollerent,sicuti Pancratiasta dicebatur, qui in lucta, & pugilatu ualebat; qui uero in E cunctis quinque,pēthatlus,& uocabulo Romano quinquertio uocabatur. etsi Quinquertiones apud Liuium Andronicum athletas significare scribat Festus,apud quem etiam perihodon uicisse dicebatur is, qui Pythia, Isthmia, Nemea, Olympia uicisset, nomine a circuitu eorum spectaculorum accepto.Erant postmodum Halteres, iacula,atque nonnulla alia,quorum quoque certamina athletae obibant,at in publicis ludorum, & sacrorum certaminum celebrationibus raro illa peragebātur,una excepta monomachia, quā Graecos sacerdotes aestatis tempore in Pergamo exercere consueuisse memoriae prodidit Galenus. Quamquam monomachos, siue gladiatores apud ueteres ab Athletis diuersos fuisse sciā, quod M.Cicero testatum fecit Epist. Fam. lib. vij. Epist.1. his uerbis, Nā quid ego te athletas putem desiderare, qui gladiatores contempseris? De ijs in Digestorum libro 9. t.l. Aquilia ab Vlpiano scriptum reperio: Si in colluctatione uel in pancratio,uel pugiles dum inter se exercētur alius alium occiderit,cessat Aquilia,quia gloriae caussa & uirtutis,non iniuriae, uidetur damnum datum. unde patere arbitror apud Maiores hanc athleticam in maxima existimatione habitam.cuius ea erat ratio,quod homines semper illas res extollere, ac honore dignas efficere solēt,a quibus uoluptates, ac delectationes obtinere student. ob quod cum athletica in publicis ludis ceterisq. spectaculis maximas uoluptates publice afferret, in honore habita atque a multis expetita fuit:quando athletis ludos ingrediētibus ut refert Plinius omnes assurgebant,etiam senatus, ijq. senatui

3.de art.13 (margin, beside "uisse memoriae prodidit Galenus")

F (margin, beside "M.Cicero testatum fecit")

lib.16.c.4. (margin, beside "tibus ut refert Plinius")

A tui proxime ſedebant, necnō cum patribus, auis paternis a quibuſuis muneribus uacabant, & uictores in patrias triumphantes inuehebantur. Ne dicam, quod Euſebius in v. de Praeparatione euangelica multo ſermone damnat ueteres, ſcilicet, eo ſuperſtitionis, atque inſaniae interdum deueniſſe, ut pugiles, atque athletas in Deorum numerum referrent. Quibus omnibus rationibus ſatis clarum eſſe poteſt, athleticam antiquitus magnae auctoritatis fuiſſe: & propterea non temere illam Galenum inſectatum eſſe, dum animaduerteret, quātum damni ex ea artis athleticae reputatione humano generi accederet; ſi quidem non modo cuncta animi, uerum etiam corporis bona ita corrumpebantur, ut nihil inueniri poſſet, quod maius hominibus, qui gloriae & praemiorum ratione illam undiq. ambiebant, detrimentum afferret, quemadmodum Euripi-

B des quoque elegantiſſime teſtatus fuit ſub hiſce uerbis.

Κακῶν γὰρ ὄντων μυρίων καθ' ἑλλάδα, Gal. in ſua. ad. bo. ar.
Οὐδὲν κάκιόν ἐστιν ἀθλητῶν γένους.
Οἳ πρῶτον οἰκεῖν οὐδὲ μανθάνουσιν εὖ,
Οὔτ' ἂν δύναιντο, πῶς γὰρ ὅστις ἔστ' ἀνὴρ
Γνάθου τε δοῦλος, νηδύος θ' ἡττημένος,
Κτήσαιτ' ἂν ὄλβον εἰς ὑπεκτροφὴν πάτρας;
Οὐδ' αὖ πένεσθαι, κἀξυπηρετεῖν τύχαις.
Ἔθη γὰρ ἄνδρες οὐκ ἐθισθέντες καλὰ,
Σκληρῶς μεταλλάσσουσιν εἰς ἀμείνονα.

idest, *Cum mala innumera per Graeciam ſerpant,*
Nullum deterius Athletarum genere eſt,
Qui primum bene incolere haud diſcunt,
C *Neque poſſunt etiam, quo etenim modo*
Quis quis eſt gulae deditus, uentriq. indulget,
Diuitias parabit, ut alat familiam?
Neque item egeni eſſe, & fortunis inſeruire
Sciunt: nam in malis diu uerſati
Moribus, non facile mutantur in melius.

Quibus nihil eſt meo iudicio, quod magis athleticae ſtatum prodat. Neque tamen defuerunt, qui hanc pernicioſam artem commētarijs celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, ac Theon Alexandrinus, qui ab athletica, in qua excellebat, cognita eius prauitate ad gymnaſticam tandem deſciuit. Ne taceam Platonem, quē Seruius & Laertius prodiderunt athletam fuiſſe, & ea dimiſſa ad philoſophiam ſe contuliſſe. Sed quia athletas praemij gratia certare, atq. uitam mille necis generibus exponere conſueuiſſe non ſe- 7. Aen. in vita Plat.

mel dixi, id hoc in loco nequaquam praeterire uolo, athletis non eadem quocumq. tempore fuisse premiorum genera proposita, uerũ, ut Clemens Alexan. ij. Paedag. cap. viij. memoriae prodidit, primo fuit δόσις, seu donum, secundo plausus, tertio filiorum coniectio, postremo corona. Quid autem δόσις Clementi significet, nisi aliquid in eius uulgato codice desideretur, puto nil aliud quam congiarium significare: quo pacto apud Herodianum quoque ea uox usurpata inuenitur. nisi potius leue aliquod munusculum designet, quod posterioribus omnibus uilius exstiterit.

D

De uiuendi Athletarum ratione. Cap. XV.



QVONIAM de athletica prauitate quamplurima egregie simul, ac eloquenter ab Hippocrate, Platone, atque Galeno disputata sunt, nosq. etiam illos imitati nonnulla diximus, iam athletarum eorum, qui proprie uocati sunt palaestritae, uiuendi rationem in medium proponere decreuimus. qua perspecta, facile cuiuis erit iudicare quod genus hominum, quaeue illorum ars foret, & quam sapienter illi fecerint, qui ipsam explodere, & contumeliosa oratione improbare conati sunt. sed, quoniam tota uiuendi ratio in sex rebus, quas non naturales appellare medici uoluerunt, collocata est, uidelicet cibo, & potu; somno, & uigilia, quiete, & motu, aere, animi affectionibus, atque excrementorum euacuationibus, quomodo in unoquoque horum genere sese gererent, explicabo. Primum itaque in cibo ac potu quadrupliciter errasse conspiciuntur, qualitate, quantitate, ordine, ac tempore. Quod ad qualitatem pertinet, uarijs cibis athletas usos diuersis temporibus inuenio. si quidem primis illis antiquioribus uesci caricis praescriptum scribunt Plinius, atque Oribasius. quod, ut pinguescerent, factitasse existimo. Quis uero primus carnes eis concesserit, auctores inter se dissentiunt: Plinius exercitatorem quendam Pythagoram athletis primum carnem comedendam exhibuisse scribit, Oribasius Pergamenus Goram caricarum usum, & antiquam uiuendi illorum consuetudinem sustulisse, primumq. Eurameni Samio carnes apposuisse, atque talem uiuendi rationem in posteros emanasse tradit. utcumque sit, ante Hippocratis aetatem athletae carnibus uescebantur, & praesertim suillis, ut ipse de Biante pugile refert in v. Epid. Ceterum neque uno carnium genere semper illi uictitarunt, quoniam interdum caprinis uescebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta,

E

F

Lib. I.
lib. 6. coll.

quem

A quem Clitomachus Carthaginiēſis nouae academiae ſectator praeclarus reliquos ſui temporis athletas uiribus ſuperaſſe refert, quod caprinas carnes manducaret. Apri glandulas etiam athletis pro cibo fuiſſe innuit Martialis in libro tertio, ubi Zoili cuiuſdam procacitatem, & obſcenos mores deſcribens ait.

Inter catellas anſerum exta lambentes,
Partitur apri glandulas palaeſtritis.

Attamen illos in frequentiore uſu habuiſſe carnes tū bubulas, tum ſuillas, ſatis conſtat ex Galeno, qui ex illis, & pane cum caſeo ſine fermento cōfecto, quod Coliphium uocatum eſt, uictitaſſe ſcribit, ut duritie, ac alimentorum craſſitie non modo uberius nutrirentur, ſed etiam diutius ſaturi permanerent, quo genere uictus cum Biantes pugil πολύβορρος immodice uteretur, eos morbos incur-
B rebat, quos refert in quincto Epid. Hippocrates: ſcribit Plinius, 4. de re me. cap. 27.
Valerianus nullum athletarum cibum abſq. anetho exſtitiſſe, forſan quod crederent ab eo nutrimentum ſolidum produci, aut quo huiuſcemodi herbae odore alij cibi condirentur, ſicque magis ipſis ſaperent, aut quo ſomnus illis maior prouocaretur pro conficiendis cibis duris; anethum enim ſomnum prouocare ſciunt medici. Quantitas cibi athletarum quam fuerit ceteris hominum menſuris ſuperior, ſciri poteſt ex ijs, quae ſcriptis mandauit Galenus ſecundo de digno. pulſuum, uidelicet carnis minas duas paucum cibum athletis fuiſſe, ut aliqua ex parte fabuloſo illi fidem adhibere ualeamus, quod de athleta Milone Crotoniata, & Heraclide pugile celebratur. quorum alterum carnium minas uiginti deglutiſſe, & panis totidem, uini choas perſicaſſe tres, ac aliquando taurum, quem
C per ſtadium retento anhelitu geſtarat, ſolum abſumpſiſſe; alterum prope infiniti cibi, ac potus capacem, nulliq. parem exſtitiſſe ferunt; atque hinc perſpicuum fit, quam uere Ariſtoteles 4. de gen. cap. 3.
animalium dixerit, ſaepenumero athletis membra uarijs formis affici, cum ob multam edacitatem natura haud ualet aeque in toto corpore omnes cibi partes conficere, & confectas aequaliter diſtribuere, ſicut octauo Polit. cibum eorum, qui exercebantur athletice, modo βίαιον τροφὴν, modo ἀναγκοφαγίαν uocauit, quaſi plus, quam fere poſſent, edere cogerentur: qua etiam uoce utitur Clemens Alexan. lib. ij. Paedagogi cap. primo. Ordinem ſimiliter nullum, aut perpuſillum athletas in comedendo ſeruaſſe, ut & temporis nullam rationem habuiſſe, ſatis ex ſuperioribus clarum eſſe poteſt, niſi quod refert Galenus non aeque mane, ac ueſpere cibos 7. meth.
ualidiſſimos accipere conſueuiſſe, ſed dumtaxat in cena, non mo-

do

do ratione, uerumetiam experientia docti cibos in somno, quando D calor magis uiget intus, facilius confici, alioqui concoctu difficillimos ipsis, cum ob qualitatem eorum ualde calori resistentem, tum ob immensam quantitatem. quamuis secus uideatur sensisse Plinius, qui scribit athletas maluisse semper cibos ambulatione, quã somno perficere, ratos somnum ad corpulentiam, quam ad firmitatem magis conferre. quod si Plutarchus 4. sympofiacorum eosdem simplicissimis cibis uictitasse, omnemq. uarietatem prorsus effugisse tradit, eius sententiam ita accipere debemus, ut uoluerit athletas uno solum carnis, & panis genere, quodcumque, & quantumcumque fuerit, usos. quod neque nos negamus, qui supra diximus frequentissimos eorum cibos fuisse solas bubulas, aut potius suillas carnes. Atqui somno, & uigilia qualem moderationem ceteris uitae eorum partibus respondentem athletae adhibuerint, clarissime demonstrauit Plato, eos ubiq. somnolentos appellans. In E motu quoque, & quiete nullam mensuram seruare solitos athletas testatur Galenus, qui eos modo tota die laborare, quando scilicet exercitium τέλειον, siue κατασκευὴν apud Galenũ tertio de tuen. ualetud. ij. uocatum inibant, modo nocte, modo a cibo, modo ante consueuisse narrat. quasi propositum in omnibus tenuerint Hippocratis praecepta haec de sanitate uniuersa cõtemnere, (labores, cibi, potiones, somni, uenus, omnia moderata) illudq. unum sibi proposuerint immoderate, semper, & nulla habita regula elaborare. quod cum Aristoteles intelligeret caussam quaerens, qua mediocriter insudantes statim ab exercitatione colore amoeno hilarentur, Athletae uero pallidi longe euadebant, dixit ideo euenisse, quia Athletae prorsus nimium laborant, nimius uero labor colorem cum sudore, & spiritu extrudit, paloremq. inducit, sicuti me F diocris calore in summa corporis retento leuiter colorem prouocat, & ad corporis superficiem inuitat, ut calefactis, aut pudefactis accidere solet. Qui igitur sine mensura semper laborabant, Athletas minime nimirum est Galenum dixisse quinque annis ad summum ἰσοσθενεῖς perdurasse. Iam quoque aeris ipsos nullum discrimen effecisse credere possumus, quod sub ardenti sole exercerentur, nec uentorum, aut aliorum boni aeris condicionum ullam rationem haberent. quamuis dum se ad futura cartamina exercerent, antiqui curarint, ut illud in salubri aere factitarent, sicuti manifestum est e xystis, quas ideo fabricatas in gymnasijs scribit Vitruuius, quo athletae in hieme ad uitandas aeris iniurias inibi in salubriori aere commodius exerceri ualerent, quo tempore multas plagas,

Li. 11. c. 53.

Prob. 4.

38 partic. prob. 5.

In libro de morborũ temporib.

A gas, ut tradit Basilius Magnus, perferebant, ex paedotribis, nec non uictu haud iucundum, sed a magistris exercitationum praescriptū sequebantur. Ita etiam apud Strabonem legimus, ueteres consueuisse athletas Rauennam mittere, ut ibi in salubriori aere commodius exercerentur. Ab animi affectionibus athletas uehementius, quam par sit, affectos fuisse nemo negabit, qui consideret quam leui ex caussa certatores omnes excandescant, quantopere uicti tristentur, quantum uictores exsultent, & denique quo semper animo uiuant illi, qui tum immodice saturi, tum ieiuni, quales athletae, excruciantur. De excrementorum exinanitionibus (quod erat sextum, & ultimum) pauca dicenda forent, quod forsan in his errarent minus, quam in ceteris: at quoniam uenus inter necessarias sanitati inanitiones a medicis reponitur, quomodo sese gererent in illa, uideamus. Dum enim & Hippocrates, & Galen. uenerem moderatam esse debere praeceperunt, tam eos, qui immodice, quam eos qui nimium parce illa uterentur, coarguisse ab omnibus in re medica, uel mediocrtter eruditis iudicantur. unde magnopere in hac athletae peccasse conspiciuntur, qui perpetuo seipsos coitu interdicebant, cum ceteris forsan ob nimiam alimenti, & sanguinis copiam magis necesse haberent, quod porro a Venere prorsus athletae obtinuerint, praeter Platonem, qui Astylum, Diopompum Crissonem, Iceum Tarentinum tales exstitisse memoriae prodidit. Galenus quoq. testatum fecit, & post Galenum Basilius Magnus, qui in homilia 52. scripsit, paedotribas considerantes ex uenereis uoluptatibus corpus imbecillius & ad necessariorum operationes pigrum, atque debile reddi, temperātiae legem promulgasse, quae adolescentum corpora a uoluptatibus tuta conseruaret, & decertantibus ipsis ne adspicere quidem uenustas formas permitteret. Id etiam significauit Martialis, qui de Blatara quodam athleta sermonem habensr ita scriptum reliquit.

Homilia 54.
Geograp. lib. 5.
B
8. de legib.
6. de loc. affec. in fi.
C

Cur Lacedaemonio luteum ceromate corpus
Perfundit gelida uirgine? ne futuat.

lib. 11.

Non modo enim se athletae ad inhibendam uenerem frigida lauabant, uerum etiam laminas plumbeas renum, & lumborum regionibus ad arcendas nocturnas pollutiones, & libidinis impetus frangendos adhibebant, ut testati sunt Plinius, & Galenus. quam rem etiam intelligere uoluisse Diuum Paulum arbitror, dum dixit. Qui in stadio currunt, ab omnibus abstinent, & hi quidem ut mortalem coronam, nos uero ut immortalem accipiamus. Quam sententiam fusius enarrans Tertullianus haec dicebat: Nempe cum & Athle- „

li. 34. c. 18.
5. de tu. ual. c. ult.

tae

tae segregentur ad strictiorem disciplinam, ut robori aedificando D
uacent, continentur a luxuria, a cibis laetioribus, a potu iucun-
In lib ad martyres. diore: coguntur, cruciantur, fatigantur. Idem & Clemens Ale-
xandrinus libro tertio Stromatum, & Simplicius in Commen-
tario supra Epitectum intellexit, qui studio coronae athletas a ue
li.28. c. 6. nere abstinere scripsit. quamuis alibi Plinius athletas interdum
coitu uti solitos sentire uideatur, ubi eos torpentes restitui, uene-
reisq. uocem, cum e candida declinat in fuscam, reuocari dicit. Hoc
itaque fuit athletarum uiuendi institutum, quod quantum sanita
ti detrimentum afferret, ut Hippocratem sileam, affectum athleti-
cum haud secundum naturam esse dicentem, argumento esse pos-
In suas. ad bo. ar. sunt, quae ipsis quotidie euenire solita recenset Galenus, uideli-
In libr. ad Thras. cet repentinae obmutationes, sensus, & motus amissiones, suffoca
tiones, uasorum ruptiones. ut non sine maxima ratione Diuus Hie E
ronymus athletas nequaquam diu uiuere potuisse scripserit, Hippo
cratis & Galeni auctoritate usus. Igitur non satis mirari possum
In li 2. aduersus Iouinianum qua ratione ductus Cornelius Celsus medicus alioqui & eruditissi-
mus, & eloquentissimus in laterum inueterato dolore uictu athle-
tico utendum consulat: nisi pro ualido, & firmandis uiribus accom
modato ciborum genere, ut Budaeus, interpretemur. Sed de athle
tarum professione, quoniam ad institutum nostrum plura dicere
non pertinet, haec sufficient, si unum addidero, quod Clemens Ale
3. li. paedagogi. c. 9. xandrinus quasi ludens memoriae mandauit, Athletas hanc unam
honestatis imaginem habuisse, ut numquam in publicum ad cer-
tandum sine subligaculis prodirent. quem morem ab Hercule pri-
mum inuectum, sicut a Palaestra Mercurij filia pudendos locos ob
tegendi consuetudinem inter mulieres, quae cursu, & alijs exerce F
bantur, introductam esse memoriae mandatum est.

Explicit Liber Primus.

ARTIS·GYMNASTICAE LIBER. SECVNDVS

Quid sit exercitatio, & quomodo differat a labore & motu. Cap. I.



OSTQVAM de Gymnastica, quid sit, eius originem, nec non uerae, & non uerae differentiam satis explicauimus, consequens est, ut, ceteris nõ prorsus omissis, illam praecipue oratione nostra prosequamur, quae ad medicinam facit, & de qua tractationem ha-
B bere polliciti sumus. Quoniam uero, dum gymnasticae definitionẽ in medio proponeremus, eam esse artem quandam facultates omniũm exercitationum noscentem, earumq. uarietates opere ipso gratia sanitatis edocentem indicauimus: recta doctrinae ratio postulare uidetur, ut, quid sit exercitatio, prius cognoscatur, deinde in proprias species diuidatur, atq. illarum unaquaeq. singulatim explanetur. hoc etenim facto, cum ars (dicebat Aristoteles,) sit recta 6.Ethic.
operãdi ratio, uidebimus quae sit in obeũdis exercitationibus haec recta ratio, quomodo illarum unaquaeq., uel ad parandum bonũ habitum, uel sanitatem defendendam conferat. Exercitationem itaq. definiuit Galenus, secũdo de tu. uale. & ipsum secutus Aetius, li.3.ca.2.
esse motum uehementem, anhelitum alterantem, ubi γυμνάσιον, κίνησιν, & πόνον, siue exercitationem, motum, atq. laborem inter
C se differre demonstrat: propterea quod motus est res quaedam magis communis, atque pluribus conueniens quam exercitatio, cum saepe multi moueantur, neq. exerceri dicantur, exercitatio uero nõ sit, nisi uehemens motus: similiter labor licet sit uehemens motus, tamen non omnis labor proprie uocatur exercitatio, si quidem fodientes, atque metentes laborare, sed non proprie exerceri dicuntur; tametsi etiam aliquãdo communi quadam appellatione labor, 6.de morb.
exercitatio uocatur: quemadmodum Galenus ab Hippocrate uo- uulg.cõ.4.
catum esse censet, quãdo is dixit, Labores cibum praecedant, &, ubi t.x.31.
fames, laborandum non est. ibi enim uocem hanc πόνος, quae & 2. Aph. 16.
dolorem & laborem, siue damnum, ut Erotiano placuit, & exercita In Onoma
tionem significare solet, pro exercitatione dumtaxat accipi debere stico.
iudicat. ergo exercitatio nihil aliud erit ex sentẽtia Galeni, & Aetij 2.d tu.ua.
nisi motus uehemens anhelitum alterans, γυμνάσιον a Graecis ap lib.3. cap.2.

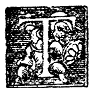
pella

pellatum, quod plerumq. nudi, aut saltem cum paucioribus uesti- D
bus exercerentur; quemadmodum etiam locum, ubi fiebat γυμνά-
σιον appellatum superiore libro abunde monstrauimus. Sed quo-
niam posset aliquis etiam in gymnasijs ab altero per uim uehemē-
ter moueri, qui tamen nullo pacto exerceri diceretur, iccirco haec
Li.1.fen.3. Galenica exercitationis (pace eius dicam) definitio haud quaquā
doc.2.c.1. integra est. & proinde Auicenna Arabum omnium doctissimus cū
animaduertisset haud plene exercitationem a Galeno definitam
fuisse, aliam definitionem in medium attulit, uidelicet quod exer-
citatio est motus uoluntarius, propter quem anhelitus magnus, &
frequēs est necessarius. Quo in loco eos quoq. merito damnat, qui
leuem quamlibet ambulationem exercitij nomine compellant: nō
enim apposuit (vehemens) quod, ubi magnus, & frequens fit anhe
litus, semper necessario sequitur motum illum vehementem exsiste E
re. sed neq. haec definitio Auicennae mihi plene satisfacit: quo-
niam, etsi conueniat omnibus triplicis gymnasticae exercitationi-
bus, eas tamen proprie non complectitur, de quibus ad medicū tra-
ctare spectat, & nos etiam loqui instituimus: siquidem omnia quat
tuor caussarum genera haudquaquam cōplectitur, cum neq. mate
ritalis explicetur, neq. caussa cuius gratia. Accedit item illud, quod
multi uoluntarie uehementer, & cum anhelitu aucto mouentur,
qui nullo pacto dicentur proprie exerceri, sicuti serui cum celerita-
te dominorum mandata exsequentes, & sicuti illi, qui uel inimico-
rum impetum, uel quid aliud triste effugientes, & uehementer mo
uentur, & frequenter, ac magnopere anhelant: ex quo Auicennae
definitio haud perfecte totam exercitationis naturam complecti-
4.colle.c.2 tur; sicut neq. illa Auerrois qua dixit in libro collectaneorum esse F
membrorum motum aliqua uoluntate factum. Ideo nos aliter defi-
nientes dicamus, quod exercitatio, de qua medici interest tractare,
proprie est motus corporis humani uehemēs, uoluntarius, cū anhe-
litu alterato uel sanitatis tuendae, uel habitus boni comparādi gra-
tia factus. ita namq. definitio omnes caussas comprehendit, atque
soli definito cōuenit: uerum enimuero posset aliquis merito a me
sciscitari, nūquid motus equitando, uel nauigando peractus exer
citationis nomen mereatur, eo ꝙ non libere a uoluntate hominis,
sed ab alio dependere uideatur? cui respondeo, non minus equi-
tantes, & nauigantes alijs exerceri dici debere, si nō proprie, saltem
communiter, dum modo gratia sanitatis, uel etiam militaris stu-
dij illud efficiant: quandoquidem proprie exerceri dicuntur, qui
exercitationem nuper a nobis definitam suscipiunt. quibus uero ali

qua

A qua ex condicionibus necessarijs deest, illi potius communiter, quã proprie exerceri dicentur, siue a seipsis, siue ab alijs moueantur, quemadmodum equitans, qui uoluntarie ideo mouetur, quoniam motus equi, ratione cuius ipse mouetur, ab equitantis appetitu, & dirigitur, & peragitur; id quod de alijs quoque similibus a nobis semper erit intelligendum. atq. hanc fuisse Galeni ipsius sententiam, eius uerba in secundo de tu. ual. scripta indicant: ubi ait, eos, qui fodiunt, & qui equitant, non laborare modo, sed etiam exercitari communi saltem exercitationis appellatione, quemadmodum clarius adhuc adstruit quincto de tu. ual. ca. ii. ubi omnem motum communiter exercitationem uocat, proprie uero motum uehemẽtem, ut etiam uidetur appellasse Paullus Aegineta lib. ij. cap. xlix. ubi exercitationem a gestationibus, ambulationibus, & uocifera-
B tionibus distinguit. Praeterea, quoniam dixi exercitationem a graecis γυμνάσιον uocatam fuisse, haud secus ac locum, in quo fiebat; ambigeret fortasse aliquis, num exercitationes, quae extra gymnasia peragebantur, proprie tales essent, an non? cui responsum esse uolo, definitione exercitationis cum non sit appositus peculiaris locus, indicari eum haudquaquam exercitationi necessarium fore, & propterea motum uoluntarium uehementem cum anhelitu alterato gratia sanitatis tuendae, uel optimi habitus comparandi factum, ubicumq. locorũ ageretur, nihilo secius exercitationem uocari debuisse, atq. debere, quam in gymnasijs actum. nam ambulationes per uias, pilae lusus, iaculationes, & similia quis sanae mentis non uocaret exercitationes? etiam si ruri, & in uicis efficerentur, dummodo ceteris condicionibus minime careant? qua re ita sese
C habẽte, etiam ad gymnasticam facultatẽ de exercitationibus omnibus siue in gymnasijs fiant, siue extra tractationem spectare dicẽdũ erit, eo magis, quod Galenus alioqui uerborum proprietatis obseruãtissimus etiam in aquis γυμναστικὰς παιδίας a pueris tẽpore suo exerceri solitas fuisse in 4. de loc. affect. libro scriptum reliquit.

De Gymnasticae medicinae diuisione. *Cap. II.*

RACTATVRI medicinae gymnasticam, quid sit exercitatio, declarare coacti fuimus: ordini autem nũc nobis proposito ualde consentaneum est, gymnasticam ipsam partiri. ex qua diuisione sese clarũ offeret iter, quo ad inueniẽdas exercitationum omnium singulas antiquis usitatas species incedamus. Quod enim huiusce gymnasticae uerum, atq.

atque praecipuum principium a natura acceptũ sit, animantia bruta fidem facere merito scripserunt & Plato, & Galenus: siquidem illa statim ac in mundanam hanc lucem ueniunt, sese mouere, agitare, ac saltare conspiciuntur: ueluti quoque pueri factitant, qui tametsi in hoc brutis imbecilliores ad fruendũ hac uita exeant, nihilominus & ipsi, quantum conceditur, sese mouere nituntur; atque ex motibus non parum uoluptatis accipiunt. qui motus post modum crescentibus annis dum condiciones supra descriptas recipiũt nil aliud plane sunt nisi ipsissima facultatis gymnasticae opera: ut omnino dicere cogamur ipsam si non a natura factam, saltem secundum naturae propensionem esse. Huiusce facultatis cum Plato duas primarias, atque uniuersales partes effecerit; proinde allatam ab ipso gymnasticae diuisionem in mediũ proponemus, non quod sub ipsa omnium exercitationum species apposite contineantur, quod a nullo alio artem hanc melius diuisam hucusque uidere contigerit. neque nos quisquam reprehendere debet, quod in pluribus Platonis, quem medicum nemo sanus reputat, auctoritatem in tractanda re medica tanti faciamus: quando Galenus ille, cui non minus medici, quam Pythagorae eius discipuli credere tenentur, scriptum reliquit, Platonem Hippocratis imitatorem fuisse, nec usquam ab illius placitis recessisse: nam Galenum hoc in loco sequi non possumus, quoniam, ubi similem diuisionem aggressus est, exercitationum potius, quam ipsius artis partitionem instituisse uidetur. Plato igitur libro de legibus. VII. ubi demõstrasset sinistras manus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earum apparentem debilitatem potius consuetudini, exercitationique, quam naturali defectui adscribendam fore, tradit ad eos pertinere, qui pueris alendis, ac educandis praeficiuntur, ut eos sinistris etiam exercendis assuefaciant. postea docens quae sint illae disciplinae, ductu quarum pueri excoli debeant, alteram musicam ex ijs esse, alteram gymnasticam scribit: gymnasticae rursus duo membra facit, unam τὴν πάλην, alteram τὴν ὄρχησιν appellat: atque ὀρχήσεως alteram esse dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, alteram eorum, qui bonae corporis habitudini, agilitati, membrorumque pulchritudini operam nauant. Quo in loco tametsi Plato de gymnastica bellica dumtaxat sermonem habere uideatur, nihilominus eadem fere est ac medicinae gymnastica, fine solum differens, nec prorsus fine, eo quod Plato quoque bonum corporis habitum parare, ualetudinemq. conseruare intendit sicut medicus, sed alium finem addit, nempe ut eius exercitationis medio ad bella gerenda

aptiores

2. de leg. 2. d tu. ua.

A aptiores homines euadant. Nos itaque dicamus secundum Platonem gymnasticam diuidi in saltatoriam, atque palaestricam, sub nomine palaestricae intelligentes uniuersam illã exercitationum seriem, quae uel in palaestra gymnasiorum, uel in loco palaestrae uicem gerente peragebantur. Cum enim gymnastica facultas quaedam exsistat, ut saepius diximus, quae & naturam, qualitatesq. exercitationum noscit, & eis utendi modos, ac regulas sanitatis, aut boni habitus gratia praescribit, cunctae fere exercitationes cum arte factae, quae nil aliud sunt, quam motus quidam humanorum corporum, aut a saltatoria, aut a palaestrica describuntur, praefiniunturq. id quod forsan Galenus innuere uoluit, quando in secundo libro de musculorum motu scriptũ reliquit: ὀρχηστικούς καὶ
B παλαιστικοὺς solos facile crura flectere: neque enim sum nescius (ut paullo ante dixi) minime hanc gymnasticae diuisionem perfectam exsistere, neq. ab illa singulas exercitationum species comprehendi posse, quoniam ambulatio, equitatio, & similia gymnasticae exercitationes sunt, nihilominus saltatoriae aut palaestricae nequaquam subsunt. Attamen hanc etiam ueluti antiquam, & a grauissimo auctore traditam aliqua ex parte sequemur. quod si nos etiam eam magis illustrantes dixerimus gymnasticam duplicem esse, alterã, quae motus hominum a se ipsis factos solum, alteram quae motus ab alijs factos contemplatur, atque primam tum in palaestricam, tum in saltatoriam diuidi, non modo cum Platone sentiemus, uerumetiam ipsius rei ueritatem fortasse assequemur; si quidem nullam exercitationem poterit quis cogitare, quam sub aliqua praedictarum specie contineri non ostendam. Nec quidquam
C sententiae nostrae obstabit, quod Galenus in libro qui ἰατρὸς inscribitur, (si is est Galeni genuinus, aut potius, quod alij credunt, Herodoti medici) sub alio artis genere palaestricam, & orchesticam, sub alio medicinam, cuius partem gymnasticam effecerunt ueteres, collocarit; quia ibi loquitur de saltatoria, quae erat histrionicae species, ut inferius declarabimus, & non de qua nos loquimur; similiter & de palaestrica uitiosa, quam athleticam nos uocamus, & omnino a medicina alienam cum Galeno statuimus. non autem de palaestrica, neque de saltatoria a Platone, & a nobis intellectis.

De Saltatoria. *Cap. III.* D



VM itaque gymnastica tota in eam diuidatur, quae motus hominum a seipsis, & quae ab alijs factos speculatur; atq. prima adhuc in saltatoriam & palaestricam partiatur, ne confusa euadat tractatio nostra, primo saltatoriam, deinde palaestricam omnes in palaestra, uel loco simili actas exercitationes complectentem explicabimus, postremo eam, quae circa motus ab alijs factos uersatur, gymnasticã adnectemus. quibus tractatis uniuersa gymnastica nota fiet. Saltatoriae igitur, siue ὀρχήσεως, tres species Homerum nouisse, qui eius libros lectitarunt, intelligere facile possunt. Prima est cubistica, quam Xenophon, atque Suidas scribunt fuisse artem quandam, qua homines uarijs modis pedes, ac manus contorquentes in caput saltabant, E
quomodo etiam tempestate nostra circulatores nonnulli faciũt, qui lucri gratia homines decipientes uarias urbes comoedijs recitandis pererrant; hanc, κυβίστημα uocauit Lucianus. Secunda species est sphaeristica, siue pilae ludus. nam quod ludentes pila saltarent, praeter Homeri testimonium qui sexto Odysseae de Nausicaa haec tradit:

σφαίρῃ ταὶ γὰρ ἔπαιζον ἀπὸ κρήδεμνα βαλοῦσαι
τῇσι δὲ Ναυσικάα λευκώλενος ἤρχετο μολπῆς.

idest: *Ludebant pila, uittis uellisq. remotis,*
Atque his Nausicaa ob niueas spectabilis ulnas
Principium ludo dabat.

testatur quoque Athenaeus ex auctoritate Demoxeni, sicuti inferius indicabimus. Tertia species est ὄρχησις simpliciter dicta, nos F
simpliciter saltationem dicere possumus. Tota hac orchestica quãuis maiores nostri ut plurimum uoluptates, ac lasciuiam potius, quam ad aliud uterentur, qui mos etiam usque ad haec tẽpora perdurat; nihilominus gymnasticam bellicam, athleticam, atque medicam illa quoque prorsus non caruisse constat, sicut nec ceteras exercitationes ab ulla fere harum trium omissa fuisse demonstrabo, ubi in singulis exercitationum speciebus declarandis, quo modo unaquaeque gymnasticae illis separatim usa sit, indicare conanabor. Bellicam enim absque saltatoria non fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui in septimo de legibus saltationem in tres diuisit, militarem, paci aptam, atque mediam; militaremq. uocauit eorum, qui modo exsilitionibus in altum, modo depressionibus, modo inclinationibus hostilium incursuum in

A uasiones, euitationesq., imitabantur; quiq. figuris uarijs iaculatores, & percussores simulabant; atq. hanc tanti fecit, ut uoluerit in Republica magistros haberi, qui mercede publica conducti uiros simul, ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac una non parum adiumenti accessurum ad adipiscendam militarem peritiam. Quod uero athletica gymnastica inter ceteras exercitationes habuerit aliquando saltationes, comprobari potest ex Plinio, qui Stephanionem togatae saltationis primum inuentorem utrisque saecularibus ludis, & D. Augusti, & Claudij Caesaris saltasse memoriae prodidit: quemadmodum & Plato loco nuper citato saltationem a nobis mediam, ab ipso ἀμφισβητουμένην nuncupatam in sacrificijs, atque expiationibus fieri solitam, quam a Mantinensibus, & Arcadibus coram Cyro factam refert Xenophon, tradens, aperte insinuare uidetur, athleticam, cuius & ludos, & sacrificiorum celebritates esse iam decreuimus, saltatoriam habuisse. Galenus porro nec medicinae gymnasticā saltationes a se respuisse tamquam sanitati, & bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidē in secūdo περὶ ὑγιεινῶν multos imbecilles ualetudini restitutos a se luctis, pācratijs, saltationibus, atque alijs huiuscemodi exercitationibus refert. id quod Antyllus pariter testatum fecit, ubi inter ceteras exercitationes hominibus ad sanitatem conferentes hanc ponit, mediamq. inter choream, & umbratilem pugnam naturam retinere, & ob id pueris, mulieribus, atque senibus, quorum corpus mirum in modum imbecillum, & gracile est, conducere scribit. An uero haec ea sit saltatio, quam Plato εἰρηνικὴν, siue paci aptam nuncupauit, quamq. animi in prosperitatibus, & in moderatis uoluptatibus tēperati exsistere scripsit, haud tuto affirmare audeo. sat sit nobis hactenus ostendisse nullum gymnasticae genus hac saltatione caruisse, in quam & in palaestricam exercitationum artem a Platone diuisam esse iam diximus.

lib.7.c.48

li.6. de Cyri Exped

B

cap. ult.

Orib.6. collec.

C

De Sphaeristirica. *Cap. IV.*

SALTATIONEM in cubisticam, sphaeristicam, & orchesticam, siue communi nomine uocatam saltationem diuisimus, quarum unaquaeq. iam nobis fusius declarāda foret. Sed quoniam de cubistica ab auctoribus pauca admodum tradita reperiuntur, omissa illa, reliquas duas prosequemur. Atque primo sphaeristica sese offert, quae tametsi Homeri temporibus simplicior esset, attamen posterioribus saeculis miram

uarietatem acquisiuit, ita ut & ipsa in gymnasijs tam locum σφαι- D
ρηςήριον, quam praefectum σφαιρηςικὸν uocatum habere meruerit.
Quis uero primus sphaeristicam hanc, siue pilae ludum inuenerit,
Lib. 7.c.56 scriptores diuersa sentiunt. Plinius inter Latinos Pytho cuidam
hunc acceptum refert. Agalis Corcyrea grammatica Nausicaam
ludi pilae inuentricem, sed ignoro qua ratione, apud Athenaeum
facit: Hippasus Lacaedemonijs, Dicaearchus Sicyonijs inuentum
istud attribuerunt. Ex quo fit, ut certi quidquam sentire nequea-
mus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorumue de hoc lu-
do commentaria non habemus, quibus fortasis & tantae uarieta-
tis rationem intelligere, & incognita prope ludendi pila genera
certius cognoscere possemus. in quibus explicandis cum hucusq.
scriptores non parum confusi fuerint, atque interdũ a ueritate lon
ge recesserint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hanc clario E
rem, minusq. antiquorum scriptis repugnantem efficere studebi-
mus. Pila itaq. ludendi genera quatuor dũtaxat apud graecos exsti-
tisse reperio, μεγάλην σφαῖραν, μικρὰν σφαῖραν, κενὴν σφαῖραν, καὶ
κώρυκον, siue paruam pilam, magnam, atq. pilam inanẽ, & corycũ.
repono corycũ inter pilae genera, quod licet Galenus, Oribasius,
& Paullus ab illis secreuerint, instrumentum illud, ut demonstrabi
mus, uel pila erat, uel pilae assimile. Paruae lusus secundũ Antyllũ
tres species diuersas habuit. prima erat, pila ualde parua, in qua qui
exercebantur, corpore maxime elato ludebant, & colludentes ma
nus manibus proxime admouebãt. secũda erat pila maiuscula, qua
cubitos cubitis ludendo immiscebat, nec corporibus mutuo haere-
bat, nec annuebant, sed uarijs modis mouebantur, & propter ua-
rios pilae iactus huc, atque illuc digrediebantur. tertia erat pila ad- F
huc maior secunda, in qua homines inter se distantes ludebant, &
in qua cum stataria, ac motoria pars esset, qui manebant, pilam e-
mittebant cũ uehementia, & concinnitate. inter has species adnu-
merari debere genus illud iudico, quod penes Athenaeum ἁρπα-
στὸν & φαινίνδα uocatur, tum quia a Galeno in libello de paruae pi-
lae ludo. simul cum alijs id quoq. explicatum habetur, tũ quia Cle
mens Alexandrinus, scriptor grauissimus, ubi demonstraret ludum
paruae pilae, & praesertim φενίνδα, exercitationem esse uiris ualde
accommodatã, eam paruae pilae speciem fuisse hac oratione clarũ
facit: εἴδα καὶ σφαίρῃ τῇ μικρᾷ παιζόντων τὴν φενίνδα παιδιὰν ἐν
ἡλίῳ μάλιστα. quod & a Polluce cõfirmatum inuenitur, ubi etiam
harpastum uocatum innuit. huius etenim inuẽtorem exstitisse Pha
naestrium paedotribam, scripsit Iubas Maurusius, cuius item descri
ptionem

A ptionem Antiphanes in huncmodum attulit: Σφαῖραν λαβὼν, τῷ
μὲν διδοὺς ἔχαιρε τὸν δ' ἔφευγ' ἅμα. τὸν δ' ἐξέκρουσε, τὸν δ' ἀνέστησεν 3 Paed. lib. cap. 10.
πάλιν κλαγκταῖσι φωναῖς. Vocauit autem Antiphanes ludum istũ
Φενίνδα, ἀπὸ τῆς ἀφέσεως τῶν σφαιριζόντων, quasi sic ludẽtes sibiip
sis pilam mutuo mandarent: uel sic uocata est a Phennido primo in
uentore, aut ἀπὸ τοῦ φενακίζειν, idest, a decipiendo, quoniam alio si-
mulantes in aliã partem mittunt, decipientes credulũ, sicuti memo
riae prodidit Pollux; apud quem legitur, episcyrum lusum fieri soli
tũ, ubi paribus ad pares in duas turmas dispositis, media linea edu-
cebatur, quam scyrum uocabant, cuiq. pilam impositã quisq. con-
tẽdebat, ut intra alias duas lineas post utrorumq. ordinẽ descriptas
aduersariorum, metas scilicet, immitteret, nimirum quibus conta-
ctis a pila uictoria haberetur. nam lusores dum pilam capiebant, at
B que alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alte
rum magnis uocibus eleuabant, siue euertebant, uerisimile fit spe-
ctatores, atque etiam seipsos magna delectatione affecisse, eo ma-
gis, quod interdum motuum concinnitati operã dabant. unde De- athenaeus
moxeni concinnitatem, laetitiamq. ex tali ludo partam apud eundẽ 1. Dhipno-
explicaturus haec prodidit: Νεανίας τίς ἐσφαίριζεν ὢν ἐτῶν ἴσως ἑπ sophist.
τακαίδεκα. Κῷος (θεοὺς γὰρ φαίνεθ' ἡ νῆσος φέρειν) ὃς ἐπεί ποτ' ἐμβλέ
ψειε τοῖς καθημένοις, ἢ λαμβάνων τὴν σφαῖραν, ἢ διδοὺς, ἅμα πάν-
τες ἐβοῶμεν, ἡ δὲ εὐρυθμία τό τ' ἦθος. ἥ τε τάξις: ὅση ἐν τῷ τὶ λέγειν
ἢ πράττειν ἐφαίνετο. πάρα ἔτι κάλλους. ἄνδρες, οὔτ' ἀκήκοα ἔμπρο-
σθεν οὔθ' ἑώρακα τοιαύτην χάριν: Κακὸν ἄν τι μεῖζον ἔλαβεν, εἰ πλείω
χρόνον ἔμεινα, καὶ νῦν δ' οὐκ ἐμοὶ ὑγιαίνειν δοκῶ. idest, Iuuenis quidã
annis fere decem, & septem natus pila lusit, Patria erat Cous (nam
C illa insula Deos producere uidetur) qui cum in sedentes intueretur
uel pilam capiens, uel tradens, omnes simul clamabamus: quãta au-
tem concinnitas, ordo, ac uenustas dũ aliquid diceret, aut faceret,
supra omnẽ pulchritudinem exsistit. O uiri, neq. umquam antea au
diui, neque talem uenustatem uidi, certe aliquid mali cõtigisset mi
hi si diutius ibi permansissem, neque multum mihi sanus uideor.
Ex quibus Demoxeni uerbis pilae lusores compte, & concinniter
ludere solitos perspicuum efficitur. Hae itaq. sunt pilae paruae spe
cies, de quibus a Graecis mentionem habitã scio, & in quibus Epi
genes philosophus, nec non Ctesibius Chalcidensis philosophus,
quo cum multi ex Antigoni regis familiaribus ludendi gratia exsue
bantur, multum excelluisse dicuntur. Atqui Pollux alia pilae par-
uae ludorum genera proponit, Aporraxim, & Vraniam, in quo sci
licet sese reclinantes pilam in caelum proijciebant, & antequã ter-

ram attingeret, excipiebant. Ceterum pilam magnam duos quoq. ludendi modos non solum ex ipsius pilae magnitudine, uerū etiā ex manuū figura a superioribus diuersos effecisse, Oribasius ex Antyllo testatur, quorum unus erat ludentium magna, alius maiore, hoc tamen ambo commune possidebant, ut sicuti in ceteris praedictis lusores summas manus semper humeris humiliores, ita in hac semper capite altiores tenerent, quandoq. etiam summis pedibus ambulabant, ut manus altius extollerent, quandoq. saltabant, cum scilicet pila super eos ferebatur, in qua proijcienda uehemēter brachia agitabant. Inanis porro, siue uacua, quod tertium pilae genus fecimus, qualis fuerit, haud satis explicatum habetur: si quid tamen coniectura ex Antylli uerbis assequi licet, credo hanc pilā, quemadmodum & ceteras, ex corio consutam fuisse, in hoc ab alijs differentem, quod illae uel pluma, uel alia materia; haec solo uento, siue aere plena foret, atq. tantae magnitudinis, ut ipsa difficulter luderetur. Corycus uero quis esset, quomodoue ludus ille perageretur, cum Antyllus apud Oribasium clarissime expresserit, eius orationem huc traducere statui, quae ita in Vaticano codice se habet.

Κόρυκος ἐπὶ μὲν τῶν ἀσθενεστέρων ἐμπίπλαται κεγχραμίδων, ἢ ἀλεύρων, ἐπὶ δὲ τῶν ἰσχυροτέρων ψάμμου, τὸ δὲ μέγεθος αὐτοῦ πρός τε δύναμιν, καὶ ἡλικίαν συναρμοζέσθω, κρεμάννυται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἄνωθεν ἐξ ὀροφῆς ἀπέχων τῆς γῆς τοσοῦτον, ὥστε τὸν πυθμένα κατὰ τὸν ὀμφαλὸν εἶναι τοῦ γυμναζομένου, τοῦτον διὰ χειρῶν ἔχοντες ἀμφοτέραις αἰωροῦσι, τὴν μὲν πρώτην ἡσύχως, ἔπειτα σφοδρότερον, ὥστε ἐπεμβαίνειν ἀποχωροῦντι αὐτῷ, καὶ πάλιν προσιόντος ὑπείκειν ἐξωθουμένους ὑπὸ τῆς βίας: τὸ δὲ τελευταῖον ἀφίασιν αὐτὸν ἔξω τῶν χειρῶν ἀπώσαντες, ὥστε ὑποστρέψαντα σφοδρότερον ἐμπίπτειν σώματι ἐκ τῆς προσελεύσεως: τὰ δὲ ὕστατα τὰ ἐπὶ πλεῖστον οἰκίσαντες αὐτὸν ἀποπέμπουσι, ὥστε ἐκ τῆς προσόδου, εἰ μὴ σφόδρα προσέχοιτο ἀποστρέφεσθαι. ποτὲ μὲν οὖν ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνουσιν αὐτῷ προσιόντι, ποτὲ δὲ τῷ στέρνῳ τὰς χεῖρας ἀναπετάσαντες, ἄλλοτε ἀποστρέφοντες κατὰ μετάφρενον. id est, Corycus in corporibus imbecillioribus grano ficul-

lib. 6. coll.

» neo, aut farina, in robustioribus arena impletur: eius uero magni-
» tudo ad uires corporis, & ad aetatē accommodatur, suspenditur au
» tē in gymnasij superne e culmine, tantumq. a terra distat, ut fun
» dum ad eius qui exercetur umbilicū pertineat, hunc utrisq. mani-
» bus tenētes qui exercentur, primū quidē quiete, postea uero uehe-
» mentius gestant, ita ut ipsum recedentem consequantur, & iterum
» redeunti cedant uiolentia compulsi; postremo uero eum e mani-
» bus reijcientes emittunt, ut cum reuertitur, uehementius corpori

aduentu

A aduentu ſuo occurrat, ad extremũ uero in ſedem ſuã ſaepiſſime re- ,,
ſtituendo dimittunt, ut ex congreſſu ſi non ualde aduertant, retro- ,,
cedat, ex quo fit, ut quandoq. manibus occurrant, dũ propinquat, ,,
quandoq. uero pectore manibus paſſis, quãdoq. uero ijs ad terga re ,,
uolutis. Hactenus Antyllus. qui tametſi figurã Coryci ut pote om- ,,
nibus tunc temporis notam non exprimat, coniectura tamen aſſe-
qui poſſumus & ipſum ſphaericũ, aut ſaltẽ rotũdum ex materia co
riacea exſtitiſſe, alioqui ſi angulare fuiſſet in occurſu & manus, &
pectus non ſine laeſione percuſſiſſet. Haec autẽ ſi uidiſſet Fuchſius,
ſane intellixiſſet, Valeriolam non ſine ratione aduerſus ipſum con-
tendiſſe, follẽ & corycum paullo minus, quam caelũ, & terram di-
ſtaſſe. De hoc intelligẽdum eſt adagium illud, πρὸς κόρυκον γυμνά
ζεσθαι. quo genere certaminis Apuleio in Theſſalia certatũ eſt. De
B hac quoq. exercitatione uerba fecit Hippocrates, ſiue Polybus, ubi
κορυκομαχίαν, falſo a Cornario follem interpretatam, ad attenuan
dum corpus probauit: quemadmodum & eandem intellexit Are-
taeus, ubi pro elephanticorum exercitationibus κορυκοβολίας pro-
bauit, quas bonus ille interpres, neſcio quo ſpiritu, perae, aut ſacu
li iactus, inepte ſatis tranſtulit. Eandem quoque intellexiſſe Coe-
lium Aurelianum exiſtimo, cum ad polyſarciam diminuendã cory
comachiam (ſic enim legendum eſt) commendauit ijſdem prope
remedijs uſus, quae ab Hippocrate loco citato propoſita ſunt. unde
argumentatus ſum, Auctorem ſicuti cetera, ita & corymachiam ab
Hippocrate mutuatum eſſe. quamuis textus iudicio meo deprauatus
ſit. Locum ubi ludebatur, Coryceum apud Vitruuium appella
ri, cenſuerunt aliqui: quorum ſententiam poſtquã in ſuperioribus
C refutauimus, nil aliud dicendum eſt. Atq. haec de quattuor pilae lu
di graecorum generibus, uidelicet pila parua, pila magna, pila ina-
ni, & coryco. quae omnia diuerſa inter ſe exſtitiſſe, non modo ex
deſcriptionibus nuper allatis manifeſto cõſtat, uerum etiam ex Ga-
leni uerbis in ſecundo de tuenda ualetudine ſcriptis: ubi inter cete
ras gymnaſiorum exercitationes corycum, pilam paruam, & pilam
magnam, ſeparatim recenſet, ſicut & Paulus Ægineta ipſum imita
tus. quod profecto non feciſſent niſi quaedam inter ſe diuerſa exſti
tiſſent pilarum genera, & diuerſae etiam cum ijs factae exercitatio-
nes. Quae nũquid omnes in Graecorum gymnaſijs exercerentur,
parum ſcire refert. ſat ſit intelligere, medicam gymnaſticam, atque
bellicam, & praeſertim pueris edocendis incũbentem pilarum ex
ercitationes uſurpaſſe, neq. ad ualetudinem, ac agilitatem compa-
randam, augendam ue eas ceteris inferiores exiſtimaſſe. Admirari

autem nemo debet, si nos in superioribus ludos inter athleticas ex D
ercitationes reposuimus, & subinde multas quoque bellicas medicasq. exercitationes ludos uocamus, ut nuperrime de pila dictũ est a nobis: quoniam & ueterum, & recentiorũ tam Graecorũ, quã Latinorum loquendi mos obtinuit, ut multas exercitationes παιδιάς, & ludos uocarent, aut quod a pueris qui παῖδες Graece dicuntur, ut plurimũ fierent, aut quod illi, qui exercentur, non serio, sed ioco agere uideantur, siue gratia sanitatis, siue alterius rei id efficiãt. ludi uero, quos athleticae esse nos dicimus, ita proprie uocabantur, quoniam solatij, & uoluptatis solius gratia in otiis festiuis agebantur.

De Pilae ludo secundum Latinos. Cap. V.

POSTQVAM pila ludẽdi Graecis usitata genera satis explanauimus, superest & ea, quae a Latinis & in usu habita, & scriptis tradita reperiuntur, explicare: unde, in quibus ambo conuenerint, & in quibus diuersi fuerint, perspicuum futurum spero. Quattuor igitur fuisse pilae genera etiã apud Latinos, quibus ludebant, inuenio, follem, trigonalem, paganicã, & harpastum, quae omnia sub nomine Italicae sphaerae a Coelio Aureliano medico complexa nonnulli credunt. Follis erat pila magna ex aluta confecta, soloq. uento repleta, quae si maior erat, brachijs impellebatur, & simpliciter pila interdum nuncupabatur, ut apud Nonium ex Varrone, Purgatum scito, quoniam uidebis Romae in foro ante ianienas pueros pila expulsim ludere; & apud Propertium lib. 3. E

Cum pila ueloces fallit per brachia iactus,

interdum quoq. pila uelox, ut apud Horatium Sat. lib. 2. Sat. 2. F

Seu pila uelox
Molliter austerum studio fallente laborem,
Seu te discus agit.

Huiusmodi etenim pilae exercitationem licet uidere in Gordiani tertij Imp. Rom. nummis, quos hic depictos adposuimus, & ex quibus conijcere licet, unumquemque lusorum propriam pilam habuisse, atque eum ludum in sacrificijs Pythijs apud Apolloniatas adhibitum esse, ut tum ex uoce ΠΥΘΙΑ, tum ex palma, atque sacrificatorijs uasis colligere non est difficile.


MYΘIA

Si uero minor erat, pugnis eijciebatur, atq. pugillaris follis, ut apud D
Plautũ in Rud. ex templo Hercle ego te follem pugillatoriũ faciã; uocabatur. Interdũ quoq. hanc eandem pilam Folliculum appellatam, credo, sicuti a Suetonio in uita Augusti, quem hoc pilae ludo ualde delectatum narrat. Quomodo uero Martialis lib. 4. dixerit.

Plumea seu laxi partiris pondera follis,

cum ex corio uento repleto pila haec consueretur, & non pluma, ut omnes fere Latini auctores uno ore fatentur, quidquid alij respondeant, opinor ego ob leuitatem follis pondera plumea dixisse. cuius leuitatis gratia neque pueri, neque senes alioqui imbecilles inter ludendum uel nimium quid defatigabantur, & propterea idem Martial. alibi scriptum reliquit.

Lib. 14. *Ite procul iuuenes, mitis mihi conuenit aetas,*
Folle decet pueros ludere, folle senes.

E
Nam ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri ualerent, non modo leuis pila efficiebatur, uerum etiam dicatus lusui locus nullis lapidibus aut lateribus sternebatur, ne laberentur pedibus ludentes, &, si forte lapsi essent, ex casu damnum nõ paterentur; & propterea, cum solum minime pauimentatum foret, ex continuo terrae attritu puluis excitabatur: quamquam etiam fieri potest ut pauimento luderent, sed puluere humili & exiguo illud adspergeretur, ita ut pilam resilire non impediretur, atq. ludentiũ pedes magis firmarentur. Nã in puluerulento solo fieri hanc exercitationem consueuisse, innuit Martialis lib. 12. ubi Menogenen quendam ex Thermis ob delectationem exire nescientem in hunc modũ carpit:

Effugere e Thermis, & circa balnea non est,
Menogenen, omni tu licet arte uelis,
Captabit tepidum dextra laeuaq. trigonem, F
Imputet exceptas ut tibi saepe pilas,
Colliget, & referet lapsum de puluere follem,
Et si iam lotus, iam soleatus erit:

Numquid autem ludus iste fuerit unus ex ijs, quos superius secundum Graecos auctores enarrauimus, uariae sententiae fuerũt. Alij enim crediderunt pilam magnam Graecorum, & follem Latinorũ idem fuisse, inter quos fuit Thomas Linacer, qui cum in. 2. de tu. ualet. corycum follem traduxisset, in sexto post modum libro magnã pilam iterum follem transtulit, quasi corycus, & pila magna non
2. de tu. ual. differret apud Galenum, qui expresse & pilam paruam, & magnã, & corycum distinxit. Alij maluerunt corycum Graecorum, follem Latinorum fuisse: atque hanc opinionem maior pars recentiorum

scri

A ſcriptorum habuit, inter quos fuere quidam, qui apud Oribaſium caput Coryci, de folle pugillatorio inſcribendum iudicarunt. ſed hi omnes magnopere alucinantur: & primo, qui crediderunt follem & magnam pilam idem fuiſſe, duabus rationibus redarguuntur, quarum altera eſt, quod ludentes magna pila ſemper ſummas manus capite altiores tenebant, quandoq. etiam ſummis pedibus ambulabant, ut manus altiores tenerent: altera eſt, quod Oribaſius ludum pilae magnae non modo aegrotis, ſed etiam conualeſcentibus, atq. bene ualentibus inutilem iudicauit, quorum neutrum habuiſſe follem, facile eſt ex ſuperioribus iudicare. Qui uero follem corycum fuiſſe exiſtimarunt, multis rationibus & ipſi erraſſe deprehenduntur. Primo, quoniam corycus e culmine gymnaſiorum ſuſpendebatur, follis libere emittebatur. Secundo corycus ficulneo B grano, aut farina, aut arena implebatur, follis ſolo uento. Tertio follis in puluere exercebatur, corycus uero non. Fuerunt item qui follem pilam inanem ſuperius a nobis ex Antyllo deſcriptam fuiſſe crediderunt. quibus ego libenter aſſentirem, niſi Martialis dixiſſet, follem mitiori aetati conuenire, & Antyllus pilae inanis exercitationem non admodum facilem, neque aptam, & ideo omittendam eſſe cenſuiſſet. Colligo igitur ex his omnibus, quod cũ follis neque inanis pila Graecorum, neque magna eorundem, neq. corycus fuerit, eum illos ignoraſſe. nemo enim eſt, qui paruam pilam follem reputauerit. Porro Trigonalis pila, qua ludebatur, parua erat, ita nuncupata uel a loco, ut uoluerunt nõnulli, ubi ea exercebãtur, qui locus triangularis erat; uel potius a ludentium (quod magis credibile eſt) numero, figura, & ſitu. hanc eſſe aliquando pilam ſimplici no- C mine appellatam inuenio, ut apud Martialem libro ſeptimo.

Non pila, non follis, non te paganica Thermis
Praeparat, aut nudi ſtipitis ictus hebes:
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis,
Non harpaſta uagus pulueruienta rapis.

Si enim ſola quattuor pilae genera facimus, neceſſario cum ceterae nominentur, Trigonalis ſub pila ſimplici complectetur: de hac ſimiliter locutum credo Celſum, quando dixit, ab aluo citata uexatis pilam, & reliqua ſuperiores partes exercentia conuenire, quoniam in huiuſcemodi ludo partes inferiores fere ſemper firmae manebant, ſuperiores perpetuo agitabantur. Quomodo uero peragеretur exercitatio iſta, facile conijcere poſſumus ex Martialis uerbis, in quibus demonſtrat, luſores ita triangulari ſitus figura colludere ſolitos, ut manibus utriſque modo ſiniſtra, modo dextra pilam uiciſſim lib.1.c.6.

cissim expellere, & excipere ualerent, ne umquam caderet. in quo D summam ludentium laudem fuisse uerisimile fit, sicut in lib. 7. ubi Polybum quendam laudat ob agilitatem sinistrae manus in iacienda excipiendaq. pila.

Sic palmam tibi de Trigone nudo
Vnctae det fauor arbiter coronae,
Nec laudet Polybi magis sinistras. & libro. 12.
Captabit tepidum dextra, leuaq. trigonem. & libro. 14.
Si me nobilibus scis expulsare sinistris
Sum tua, si nescis, rustice redde pilam.

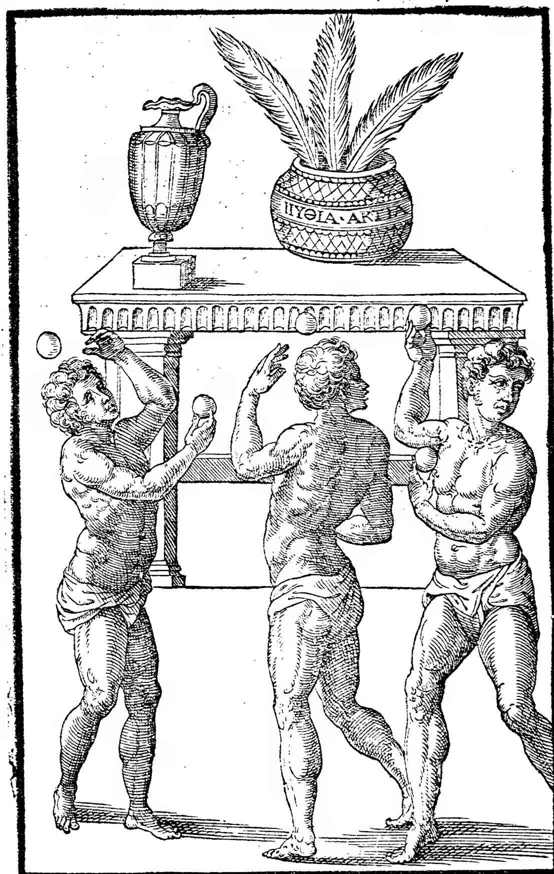
Ex his mehercle patet consueuisse trigone ludentes a se inuicẽ modo mittere, modo excipere pilam, modo sinistris, modo dexteris, eo prope modo, quo nostrates pila parua supra funiculum ludunt, & quo etiam Antyllus tertium paruae pilae lusum descripsit. Cur uero Mart. tepidum trigona dixerit tum loco supra citato, tum lib. 4. E

Seu lentum ceroma teris, tepidum ue trigona:

haud satis mihi constat. attamen, si quid diuinare conceditur, dicerem propterea trigona tepidum dixisse, uel quod homines ludendo ob uehementem utriusq. manus laborem, & assiduo motus pilae tenore magis incalescerent: uel quod locus, ubi ludebatur tepidario in gymnasijs uicinus foret, & propterea ludentes tam loci, quam pilae teporem quendam perciperent. ita uero fuisse, uerisimile uideri potest: cum supra tum ex Galeni, tum ex Martialis sententia demonstrauerimus, post pilae ludum statim consueuisse balnea calida ingredi. Nisi malimus dicere, poetam trigona tepidum dixisse, quia ex continuo motu pilae in manibus ipsa tepida euadebat, eo modo, quo Propertius libro. 1. in Elegia Ianuae conquerẽtis F dixit Tepidum limẽ, quod ex cõtinuo supra ipsum statu tepesceret.

Nulla ne finis erit nostro concessa dolori,
Turpis, & in tepido limine somnus erit?

Exemplum trigonalis pilae mihi uidetur illud, quod in nummis M. Aurelij Antonini apud Byzantios excussis hunc in modum apparet. Quem item ludum in sacrificijs Apollinis Pythij Actiaci adhiberi solitum, memoriae proditum est.


ΠΥΘΙΑ·ΑΚ

Succedit paganica pila sic appellata, quod esset uulgaris admodum, D ac in uillis pagis uocatis; uel in pagis urbis ut plurimum in usu haberetur. Nam Dionysius antiquitatum libro 4. refert, Romā in quattuor tribus olim partitam fuisse, quae & pagi, sicut earum habitatores Pagani, nominabantur. siue igitur ab istis pagis, siue a uillis paganica pila denominata sit, parum referre credo. sat est, pilam fuisse ex corio pluma repleto, trigonali latiorem, non ita tamen ut est follis, laxam, sed duriorem; siquidem follis, qui uento replebatur, etsi quanto durior erat, tanto facilius eo ludebatur, quanto laxior, tanto difficilius, ut etiam tempestate nostra quotidiana experientia comprobat, tamen paganica pila quo etiam durior esset, & pluma replebatur, & non ita replebatur, ut laxa usquam foret, sed undequaque durissima, & propterea difficulter ea ludebatur, quemadmodum uenustissime Martialis hoc disticho ostendit libro 14. E

Haec quae difficilis turget paganica pluma,
Folle minus laxa est, & minus arcta pila.

Sub nomine enim simplici pilae intelligi aliquando follem, aliquādo trigonalem, paullo ante significauimus. Iterum illud ignorari hoc in loco nolo, etiam in gymnasijs paganicae pilae exercitationem in usu exstitisse, ut idem Martialis lib. 7. testatum reliquit.

Non pila, non follis, non te paganica thermis
Praeparat, aut nudi stipitis ictus hebes.

Nam cum saepius a nobis indicatum sit consueuisse fere omnes, qui sese in gymnasijs pila exercebant, prius pila ludere, & deinceps statim balnea ingredi, Martialis illis uersibus demonstrat, inter ceteros pilae ludos in gymnasijs se exercentium ad balnea praeparatorios paganicam quoq. adnumeratam esse. Vltimum & quartum Latinorum pilae genus harpastum fecimus. quod ob nominis similitu- F dinem idem prorsus uidetur quod ἁρπαστὸν Graecorum: erat enim pila, quam ludentes alter alteri eripiebat. cuius uero magnitudinis, & ex qua materia foret, haudquaquam ab ullo auctore explicatum habemus, nisi quod Athenaeus his uerbis manifestum facit, harpastum rotundum fuisse. „ τὸ δὲ καλούμενον διὰ τῆς σφαίρας ἁρπαστὸν, „ φενίνδα ἐκαλεῖτο, ὃ ἐγὼ πάντων μάλιστα ἀσπάζομαι: idest, Lusus autem pilae harpastum nuncupatum pheninda uocabatur, quem ego maxime omnium diligo. Sicut etiam uerisimile sit ex corio sicut ceteras pilas constasse. quae omnia, propterea quod tunc temporis nulli ignota erant, auctores scribere dimiserunt. Ceterum eius magnitudinem omnino explicasse Galenus uidetur, qui dum in libro de ludo paruae pilae harpastum appositissime describit, illud

paruam

A paruam pilam & non mediam inter paruam & magnam, quemadmodum uoluerunt nonnulli, fuisse comprobatur. unde & ludus, qui hodie a calce nuncupatur, etsi in aliquibus assimiletur harpasto, in hoc tamē ab harpasto antiquorum differre uidetur, quod illud paruum erat; pila autem, qua nostrates calce ludunt, maior est. Nam & antiquiores in puluerulento solo hac pila ludebant, ut testatus est Martialis lib. 4.

Siue Harpasta manu puluerulenta rapis. & libro. 7.
Non Harpasta uagus puluerulenta rapis & libro. 14.
Haec rapit Antei uelox in puluere Draucus,
Grandia qui vano colla labore facit,

Quae omnia argumento esse possunt, hanc exercitationem perarduam fuisse, solisque ualidioribus hominibus conuenisse. quod B etenim nequaquam mulieres hoc genere ludere ualerent, praeter Ouidij testimonium de ludis uirorum ita scribentis,

Hos ignaua iocos tribuit natura puellis,
Materia ludunt uberiore uiri.
Sunt illis celeresq. pilae, iaculumq. trochiq.,
Armaq., & in gyros ire coactus equus:

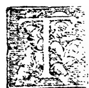
eiusdē poetae uersus comprobant, ubi Philaenim quandam tribadē exprobrans, quod omnibus fere uirorū munijs fungeretur, quasi rē mulieribus prae alijs maxime insuetā ageret, post multa dixit, 3. de arte amandi.

Harpasto quoq. subligata ludit.

Ideo mirari soleo, cur Coelius Aurelianus in curāda puerorū epilepsia uelit nutrices sphaerae ludo, uel aliqua saltatione exerceri: nisi sit sphaera apud ipsum follis, quem & pueros, & senes usurpasse, supra docui. Auicenna cuiusdam pilae ligneae mentionē facit, de qua posterius uerba faciā, cum ad praesentē de sphaeristica altera saltatoriae parte tractationē minime pertineat, de qua haec satis. Lib 1. fen. 3 trac. 2. cap 2.

C

De Orchestica, siue tertia saltatoriae parte. *Cap. VI.*



TRES saltatoriae partes, cubisticā, sphaeristicam, & quae nomine generis uocatur simpliciter, saltationē, in superioribus effecimus: quarum duabus iam declaratis tertia modo, quā scrupulosissimā uocauit Columella, subnectēda uenit. de qua haec a nobis declarabūtur, primo quid fuerit, secundo quot species habuerit, tertio cur ea uterentur maiores nostri, & quarto & ultimo in quo loco, & a quibus exerceretur. Aristoteles itaq. in principio suae poetices, ubi dixisset, omnia poeseos genera in hoc conuenire, quod imitationes sint, imitationes diuidit In prooe. lib. de re rust.

dit, quarum alias diuersis generibus imitari ut uel harmonia, uel D
rythmo, uel nudo sermone; alias diuersas res, ut uel meliores, uel similes, uel deteriores; alias diuerso modo ut uel agentes, uel introducentes, uel narrantes, atq. aut alienam personam induti, aut non mutati; de saltatione haec concludit: αὐτῷ δὲ τῷ ῥυθμῷ μιμοῦνται χωρὶς ἁρμονίας, οἱ τῶν ὀρχηστῶν, καὶ γὰρ οὗτοι διὰ τῶν σχηματιζομένων ῥυθμῶν, μιμοῦνται, καὶ πάθη, καὶ ἤθη, καὶ πράξεις. idest, Numero uero ipso sine harmonia, imitantur saltatores: isti enim numerosa gesticulationis uarietate, mores, passiones & actiones imitãtur. Ex qua oratione apparet, ὄρχησιν, siue saltationē, nihil aliud fuisse, quam facultatem quandam motibus, ac gestibus corporis, artificio quodam, numero, & ratione factis, imitandi hominū mores, affectus, & actiones. qui enim in. 7. ciuilium dixerat, nihil esse
in rerum natura, quod magis exprimat rerum similitudines, quam E
numerus, & cantus, sapienter etiam scripsit, saltatores in imitandis
Cap. 4. actionibus numero uti. Quomodo haec per numerosos motus efficeretur imitatio, unus omnium clarissime post Aristotelem expressit
Prob. 15. Plutarchus, qui in. ix. Conuiuialium saltationem tres partes habuisse scripsit, lationem, figuram, & indicationem; eo quia tota ipsa ex motibus, & habitudinibus, & quietibus constaret, perinde ac harmonia ex tonis atq. interuallis; lationem dicit ipse nil aliud fuisse, quam motionem affectus alicuius, uel actionis, uel potentiae repraesentatiuam: figuram uero fuisse habitudinem, dispositionemque, in quam motio siue latio terminabatur, nempe quando saltatores quiescentes secundum Apollinis, uel Panis, uel alicuius Bac-
7. de leg. chae (ut est apud Platonem) figuram dispositi in corporis simili-
bus formis graphice aliquantulum persistebant, indicationem au F
tem fuisse nō proprie imitationem, sed alicuius rei, nempe terrae, caeli, uicinorum numerosis, atque ordinatis motibus factam declarationem. quemadmodum namque poetae, dum imitantur, alias nominibus fictis, alias translatis utuntur; dum uero indicant, propria nomina usurpant: similiter saltatores imitantes, figuris, & habitudinibus; declarantes autem, res ipsas praedictis indicationibus utuntur: adeo ut, secundum Platonem, Aristotelem, atque etiam Plutarchum, tota haec saltatoria facultas in imitatione solo motu facta cōsisteret. ipsiq. saltatores nil aliud actitabant, nisi quod sese mouentes numero, & ordine gesticulantes, aut lationibus, & figuris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus declarabant, aut omnibus simul mores, perturbationes, atque actiones hominum repraesentabant. unde non absq. summa ratione Simoni-

des

A des poeta ſaltationem poeſim tacentem, ſicuti poeſim ſaltationem loquentem uocare ſolebat: quamquam refert Putarchus, tempeſtate ſua ueram ſaltationem a muſica, cui aſſociabatur, deprauatam fuiſſe; atque a caeleſti illa decidentem in tumultuoſis ac indoctis Theatris inſtar tyranni cuiuſdam imperium tenuiſſe, idq. poſtmodum uſque ad tempora noſtra permanaſſe, in quibus omnis ſaltatio corrupta eſt, omnes cordati uiri cognoſcunt. Quis autem primus huiuſcemodi ſaltationem hominibus demonſtrauerit, ſatis cōpertum non habetur, niſi quod Theophraſtus apud Athenaeum refert, Androna Cataneum tibicinem, dum ſonaret, motiones atque numeros corpore effeciſſe, & ob id apud ueteres ſaltare uocatum fuiſſe ſiceliſſare; poſt quem Chleophantus Thebanus, & Æſchylus multas ſaltatoriae figuras inuenerunt, quas βαλλίσμους Sicula uoce appellatas Epicharmi auctoritate inſinuat Athenaeus. unde & hodie apud multas Italiae nationes Balli nomen adhuc perdurat. Fuit porro haec ſaltatio tantae exiſtimationis, atq. honoris apud antiquiores, ut Apollinem ſaltatorem uocarent, quemadmodum Pindarus:

Loco citato.

8. dipnoſ.

B

Ὀρχηστὰ Ἀγλαΐας ἀνάσσων εὐρυφάρετρ᾽ Ἄπολλον: ideſt:
Saltator rex ſplendoris, pharetrateq. Apollo.

atque illa quandoq. ad tibiarum, uel lyrae, uel alterius inſtrumenti ſonitum, uel ad cantum, uel abſque alia re peragebatur. Species autem illius innumeras fere recenſuerunt Homerus, Plato Xenophon, Ariſtoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucianus: quae illarum praeſtantiores & illuſtriores habebantur, uel a regionibus, in quibus in uſu erant, aut repertae & illuſtratae fuerant, nomen ſuſceperunt; uel ab inuentore, & modo, quo efficiebantur: a regionibus appellatae ſunt Laconicae, Troexenicae, Epirephyriae, Cretenſes, Ionicae, Mantiniacae, Gaditanae, de quibus ſic Iuuenalis.

C

Forſitan exſpectes ut Gaditana canoro
Incipiet prurire choro, plauſuq. probatae
Ad terram tremulo deſcendant clune puellae,
Irritamentum Veneris languentis, & acres
Diuitis urticae

Sat. 11.

& huiuſcemodi aliae. Ab inuentore autem & modo uocatae fuerunt aliae Pyrrhichiae a Pyrrhicho quodā Laeone, ſeu, ut alij malunt, a Pyrrho Achillis filio inuentae, in quibus armati ſaltabant cum cantu, & ſine cantu. ut uidere licet ex icone ab antiquis lapidibus excepto, quem hic ponendum curauimus.



PYRRHICHIA SALTATIO

A (Pyrrhichias autem nostris temporibus aemulantur illa pugnarum genera, quas Morescas populari uocabulo appellant) Atque hae uarias nominationes obtinuerunt, ut Orsitis, & Epichiedios penes Cretenses, Carpaea apud Æmanenses & Magnetes, de qua Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinos siue mactrismos, quam mulieres saltabant, & ob id Martypiae uocabantur, & quae stabiliores, & uarietate maiore praeditae erant, ut dactyli, iambici, molossica, emmelia, cordax, sicinnis, persica, phrygia, nicatismus, thracius, calabrismus. Telesias a quodam uiro Telesio, qui primus eam armatus saltauit, sic uocata, qua utentes Ptolemaei milites Alexandrum Philippi fratrem sustulerunt, aliae tornatiles siue uersoriae quod se in circum uertentes saltarent. Erotianus, qui Andromacho Neronis, quod scribit Galenus, archiatro contemporaneus B exstitit, has saltationes δῖνας uocatas scribit, aliae insanae, ut caudifer, mongas, Thermaustris, necnon anthema, quam saltantes obibant, ita dicentes, ubi mihi rosae, ubi mihi lilia, ubi mihi apia: aliae ridiculae, ut igdis, mactrismus, apochinos, & sobas, morphasmus, Glaux, & leo: aliae scenicae, quales tragica, comica, & satyrica: aliae lyricae, quales pyrrhichia, gymnopaedica, & hyporchaematica. quae omnes quomodo fierent, nō est praesentis tractationis declarare: satis sit intelligere hanc tertiā saltationē totatq. plures adhuc diuersas species, quibus libellum proprium dicauit Lucianus, habuisse, sicut etiam diuersis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis ex sententia Aristotelis ex impulsu, atq. tractu componatur, saltantes aut impellebant corpus, aut trahebant; & hoc sursum, uel deorsum, uel prorsum, uel retrorsum, uel dextrorsum, uel sinistrorsum: a quibus postea motibus C componebatur simplex ambulatio, flexus, procursus, saltus, diuaricatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio: quibus tota saltatio perficiebatur. 7. Phys.

De fine saltationis, & de loco. *Cap. VII.*


VM antiqui in certaminibus, atq. uenationibus, pedum exercitationibus fere semper studerent, manibusq. mouendis nullam curam adhiberent, uerisimile sit, ut prius saltatoria partes inferiores dumtaxat exercens inuenta sit, deinceps χειρονομία, quae ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta sit, ut una cum ceteris praedictis motionibus manuum connexionem, consertionem, compectinationem, distentionem

nem, complexum, alternationem saltatores peragerent: atque ita D
uniuersa saltatio ex motibus tam manuum, quam pedum ad repraesentandas res formatis conflata sit. quod autem saltantes praecipue brachia mouerent, significauit & Ouidius, ubi dixit:

Si uer est, canta, si mollia brachia, salta. &

Brachia saltantis, uocem mirare canentis.

Huius finis primarius licet (ut diximus) imitatio foret, nihilominus alios etiam fines eam habuisse comperio: nam ad theatra, & ad ludos uoluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad sacrificia in usu fuisse praeter Platonem atque Plutarchum testatur Galenus, qui in principio curatiuae artis uehementer contra sui temporis homines inuehitur, quod saltatoriae nimis operam darent, quasi solis uoluptatibus, & ludis dediti bonas artes negligerent. Quod pariter ad quaerendam corporis fortitudinem militaremque peri- E
tiam eadem saltatione maiores nostri uterentur, tametsi supra ex Platone comprobatum fuerit, tamen addendum est illud, quod omnis armata saltatio pyrrhichia uocitata nō ob aliud inuenta fuit, nisi quo uirtute illius tam pueri, quam uiri & mulieres modo hostes effugere, modo inuadere, aliosq. gestus bellis gerendis necessarios perdiscerent. unde apud Xenophontem Paphlagones Mimā saltatriculam a Myso pyrrhicham saltare iussam conspicati, admirātes graecos interrogarunt, numquid mulieribus etiam in pugna uterentur. in hoc quidem saltationis genere cum Phrynicus se excellenter in fabula gessisset, illum sibi imperatorem Athenienses delegerunt. Neque etiam difficile est indicare hanc eandem saltationem & bono habitui comparando, & sanitati conseruandae nō parum conduxisse: quandoquidem de manuum gesticulatione, F
quam χειρονομίαν uocant graeci, scriptum reperitur & ab Hippocrate & ab Aretaeo, atque alijs, pro exercendis & sanis & interdum aegris corporibus usurpatam esse. Temporibus uero nostris saltationes alias tempore, ordine, & certo modo factas talem utilitatem praestare nemo negaret, quemadmodum Galenus se plurimos sanitati restituisse, aliosq. in ea solius saltationis auxilio conseruasse confitetur: qui similiter & saltatorum exercitationes inter cetera a medico petita recensuit, dum dixit: ὀρχηστῶν αἱ σύντονοι κινήσεις ἐν αἷς ἅλλονται μέγιστα, καὶ περιδινοῦνται στρεφόμενοι τάχιστα, καὶ ὀκλάσαντες ἐξανίστανται, καὶ προσύρουσι, καὶ διαχίζουσιν ἐπὶ πλεῖστον τὰ σκέλη. idest, saltatorum uehementes motus, in quibus maxime saltant, & uelocissime uolutati circum circa uertuntur, nec non genua flectentes sursum exsurgunt, atque crura plurimum attra-

loc citatis. 1. & 2. de arte aman.

2. de dieta. libro 1. de cur. chr. cap. 1.

A hunt, diuaricantque. ut dubitare nemo debeat, quin Orchesticam in gymnastica medicinae iure collocauerimus; praecipue quod Socrates in conuiuio Xenophōtis se saltatoriam tum ad ualetudinem efficiendam, conseruandamque, tum ad corporis robur comparandum exercuisse palam profitetur, cuius quoque gratia eum sibi amplam domum optasse ferunt. Qui uero hanc orchesticam exercerent, uarios fuisse reperio. Cinaedos maxime omnium saltandi arti operam nauasse significauit Plautus: apud quem Periplectomenus senex sic ait. Tum ad saltandum: non cinaedus usquam magis » saltat, quam ego. quamquam Nonius Marcellus Lucilij testimo- » nio, atq. etiam Plauti, uult, cinaedos dictos a ueterib. saltatores ipsos, atque pantomimos, ἀπὸ τοῦ κινεῖν τὸ σῶμα. Poetae similiter omnes non modo histriones motus figuratos edocebant, uerum & ipsi B quoque interdum saltabāt; nam Thespias, Pratinas, Cratinus Phrynicus poetae omnes iccirco saltatores nūcupabantur, quia non modo propria drammata inter saltantes choros repraesentabant, uerū etiam extra propria poemata uolentes omnes saltare edocebant. pueri quoque, & mulieres omnium frequentissime in saltationibus uersabantur, post quos etiam saltationi operam nauabant quibuscumque ualetudinis, & roboris gratia uel a medicis, uel a gymnastis illud agere praeceptum erat. Loca autem in quibus saltationes peragerentur, primo, dum nondum excultae forent, fuerunt uici, & plateae publicae; deinde, cum maiorem dignitatem, atque ornamentum recepissent, ad theatrorum partes quasdam translatae fuerunt, quae & ab Aristotele & a Polluce ob id orchestrae uocatae fuerunt; unde etiam chorea nomen saltationis perelegans e- C manauit. a theatris ad palaestras, siue gymnasia illas traductas fuisse auctor est Athenaeus, cui assentiri uidetur Plutarchus in nono symposiacon, ubi mentionem cuiusdam facit, qui pyrrhicam adeo egregie saltauerat, ut pueros in palaestra gesticulantes excellere uisus esset. quo etiam in loco Meniscum paedotribam saltationis iudicem effecit, ut inde plane coniectari ualeamus paedotribas gymnasiorum ministros orchesticae non paruam cognitionem habuisse. In conuiuijs item saltationem exerceri solitam fuisse testatum clarissime reliquit in Sympofio suo Xenophon, sicuti Plutarchus, & Plinius nec theatra eandem respuisse memoriae prodiderunt. Concludo itaque saltationem a gymnastica omni acceptam esse, sicuti sphaeristicam, quae fuerunt duae orchesticae partes, in quam, & in palaestricam uniuersam ipsam gymnasticam diuisimus: atque haec satis de ipsa.

In Mil. glo. actu. 3.

Li. 14. dip.

De Luctatoria. *Cap. IIX.* D

DECLARATA iam satis, quantum ad hanc tractationem spectabat, saltatoria, modo palaestricam, quae erat altera gymnasticae pars, ut aggrediamur, operaepretiū est, cui postmodum & reliquas exercitationes tam in gymnasijs, quam extra factas subiungemus. Palaestram multas sub se exercitationes habuisse demonstratum superius fuit, inter quas cōtinuo primum locum obtinuit lucta a Graecis communi nomine πάλη, quandoque καταβλητικὴ siue deiectoria: a Laconibus nuncupata. Haec nihil aliud fuit, nisi exercitatio quaedam in loco gymnasij peculiari nempe palaestra, siue porticu tecta, quae xystus uocabatur, fieri solita, in qua luctatores bini nudi, uncti oleo, & puluere aspersi sese brachijs complicantes, inuicemq. concertantes, alter alterum deijcere humi contendebant, ad quod peragendum embolae, parembolae, paratheses, & systases necessario requirebantur, illudq. prae ceteris quaerebatur, ut pedes primo comprehenderentur, quod Pseudolus ebrius apud Plautum significauit, de uino dicens. Captat pedes primum, Luctator dolosus est. Sed E
» antequam certamen inirent, musculos prius calefaciebant, perfrictionibusque, ac lenibus motibus explanabant. quod si aliquando haec agere intermisissent, ijs quaedam partes rumpebantur conuellebanturque, sicuti tradit Gale. 4. de locis affectis: qui etiam alibi scriptum reliquit, hunc a gymnasticis in luctis obseruatum esse ordinem, ut numquam uehementes inirent, nisi prius faciles, & simplices essent edocti, neque has aggredi solitos antequam fricarentur, neque fricari, priusquam ungerentur. Dixi, bini, quoniā F etsi plures possent uno tempore eodem in loco lucta contendere, tamen semper unus uni dumtaxat complicabatur, & apud nonnullos non solum uiro uir concertabat, sed puellae quoq. iuuenibus contendebant, quemadmodum apud Lacones, & sicuti de Chijs refert Athenaeus. Luctam, quam non temere gymnasticae artis minimam partem credidit Galenus, non defuerunt inter antiquos, qui omnibus alijs exercitationibus uetustiorem exstitisse autumarint, nominis illius qualitate ducti, quippe cum (πάλαι) apud Graecos nil aliud, quam uetustatem indicare uideatur: nam & locum exercitationum palaestram nuncupatum, πάλην primo nominatum constat. quamquam etiam non defuerint, ut refert Plutarchus, qui non palaestrae nomen ἀπὸ τῆς πάλης quasi antiquissima res sit lucta, deductum esse uoluerint, sed potius quod solum haec

In Pseu. actu. 5.

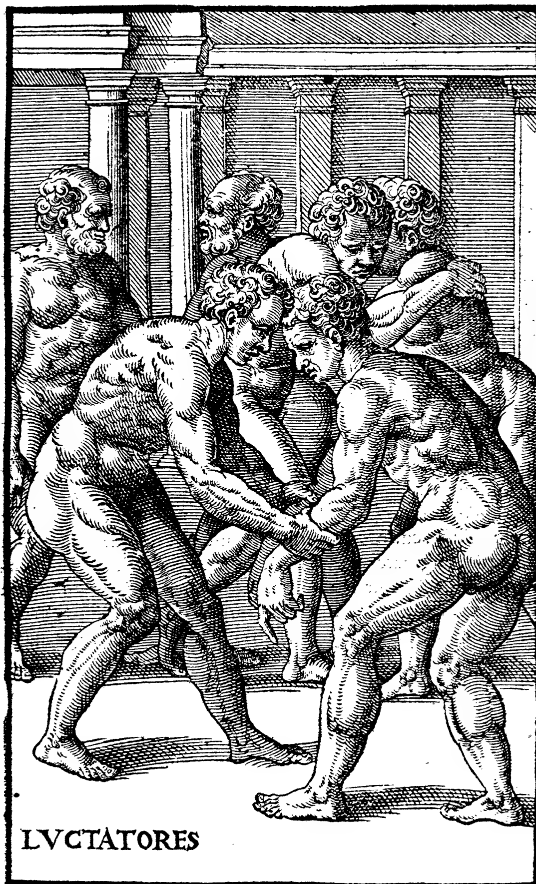
cap. 8.

2. de diff. pulsuum.

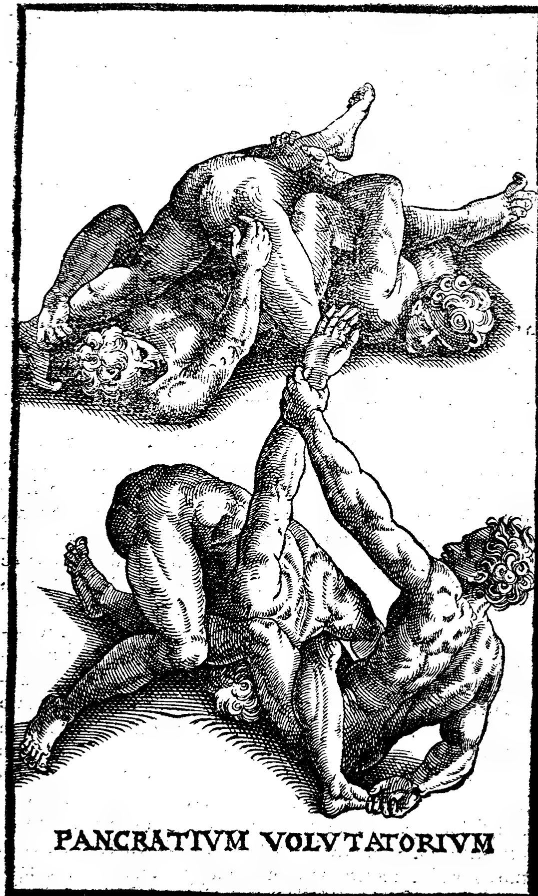
2. Symp. prob. 4.

exer

A exercitatio πηλῦ idest luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad id magis impugnandum aliam quoq. rationem addebant, uidelicet haud quaquam uerisimile uideri, ut lucta, quae omnium exercitationum artificiosissima, & astutissima exsistit, omnium etiam uetustissima fuerit, cum manifeste appareat, primo in usum ea uocari, quae simplicia sine ulla arte, & uia magis quam methodo consistunt: unde Sosicles πάλην ἀπὸ τῦ παλεύειν, quod est dolo & insidijs deijcere, fuisse deriuatum maluit. Philinus autem ἀπὸ τῦ παλαιστῦ, idest a coniunctis, simulq. connexis quattuor digitis, quia luctatores hac manuum parte praecipue operantur, quasi ita ipsa appellata sit, perinde ac pugillatoria a pugnis. quam sententiam aperte refellere uidetur Iulius Pollux, ubi nomen illud solam quattuor digitorum mensuram significare scribit, a qua mensura deduB ci postmodum exercitationis nomen ualde longinquum est; & proinde melius sensisse uidentur illi, qui ἀπὸ τῦ παλῆναι natam & dictam πάλην, credunt, siue ἀπὸ τῦ πάλλειν καὶ πάλλεσθαι, quorum alterum apud poetas deijcere, & proijcere & spargere, quod postremum ab Homero quoq. ac Hippocrate usurpatum testatur Erotianus; alterum apud Platonem in Cratylo a terra uel in manibus eleuare, quae omnia a luctatoribus intenduntur, significare constat: nisi quoque uelimus, ut alij, ita dictam ἀπὸ τῦ πλησιάζειν, καὶ γίνεσθαι πέλας, hoc est appropinquari & uicinos fieri: quandoquidem cursores semper distabant, nec umquam appropinquabantur, pugillatores pariter a designatoribus numquam complicari permittebantur, sed soli luctatores hoc agebant: ut omnia melius in Syracusanorum nummis recognoscere possumus, in quibus sic luctatores uarios repraesentari, indicauit nobis Ligorius.


LVCTATORES

A Tota haec facultas in gymnasijs tres fines habuit, temporeq. Galeni mirũ in modũ eius peritia creuit, nempe quando refert ipse primo de art. xxiij. luctandi magistros uarias, ac multiformes membrorum distorsiones, circumnexionesq. inuenisse: primum, ut Athletae in illis exercerẽtur, quo in ludos sacrificia & amphitheatra exeũtes, uictoriã adipisci possent: atq. huius luctatoriae auctores fuisse Antheũ, & Cercionẽ scribit Plato: Secundũ ut ad bella homines exercerentur, quod exercitationis genus, primo in usu positum alij a Theseo Atheniensiũ principe; alij a Phorbante Thesei paedotriba referunt. tertiũ ut homines; & pueri luctantes optimũ corporis habitũ acquirerent, sicq. sanitatem curarent; in quo usq. adeo elaborabant, & totis uiribus contendebant, ut non raro sic luctantibus ossa aliqua frangerentur, & luxarentur, quae illis palaestrico quo- 7. de leg.
B dam pacto ab alijs diuerso se remittere cõsueuisse testatur Galenus. Hoc tamen animaduertendũ esse duco, Galenũ non modo luctam athleticã, quã respub. bene institutas odisse scribit, improbasse, uerũ & sanitati studẽtẽ interdũ parce laudasse, ut pote qua robur quidẽ augetur, at luxationis, ac fractionis ossium, necnon suffocationis periculum immineat. similiter & Clemens Alexandrinus qui tempore Galeni Romae floruit, in iij. Paedag. lib. ubi exercitationum tractationem habet, luctas omnes improbat, eam tamen honestiorẽ, & magis uiro dignã facit, quae μετ' ἐυσχήμονος & gratia bonae, ac utilis ualetudinis efficitur. Praeterea, quoniam Plutarchus solũmodo luctam & pancratium uolutatorium in palaestra exerceri solitum scribit, duo cõsideranda sunt. Alterũ, ꝙ palaestra aliquando significat totũ gymnasiũ, ut supra declarauimus, aliquando locum lib. de machinamen.
C in gymnasio, ubi tot exercitationes a nobis in primo libro enumeratae peragebantur; aliquando locũ, in quo soli luctatores, & pancratiastae uolutatorij exercebantur, quorum certamina grauia apud Galenum lib. iij. de tuen. ualet. cap. ij. appellantur. quemadmodum hic innuit Plutarchus, atq. etiã innuere uisus est Galenus in fine libri de ludo paruae pilae. Alterũ ꝙ duplex erat pancratiũ, primũ de quo agemus infra, ex lucta & pugilatu cõpositũ. Secũdumꝙ uolutatoriũ nuncupabatur, speciesq. luctae erat, nam in lucta certantes sese deijcere studebant, rectiq. manebant; in pancratio autẽ uolutatorio humi prosternebantur, atq. ibi inuicem cõplicati; seq. mutuo conuoluentes alter alterum sibi supponere nitebantur: quẽadmodum clarissime mostrãt depicti hic nummi cuiusdam Salustij Auctoris qui sub Valentiniani, & Placidiae Augustae principatu Africae regno ui occupato ludos similes, atq. alios ob uictoriam edidit.



PANCRATIVM VOLVTATORIVM

A De hac exercitatione uerisimile mihi fit, Aristotelem uerba fecisse, ubi nullum erectum, & stantem continenter, & tuto incedere posse demonstrat, quia perinde se moueret, ut palaestritae, qui per puluerem in genua subsidentes procurrunt. De hoc item alicui probabile uideretur, locutum esse Martialem, ubi dixit. Lib. de cõi animaliũ gressu.

Non amo qui uincit, sed qui succumbere nouit
Et didicit melius τὴν ἀνακλινοπάλην.

nisi potius exponendum esset ἀνακλινοπάλην, reflexionem, qua palaestrita reducto pectore aduersarium retrahebat, ac ictum illius deuitabat. De eodem item loquebatur Antyllus apud Oribasium, 6 collect. cap. 27. dum duplicem luctam effecit, alteram erectam, alteram super pauimento; pro lucta super pauimento nil aliud intelligens, nisi Pancratium uolutatorium, quod tamen ualde diuersum erat ab altera B uolutatione, ab Hippocrate ἀλινδήσιος nomine significata, qua homines in palaestra humi prostrati uel soli, uel cum alijs circumuoluebantur, 6. de dieta. & de qua Coelius Aurelianus uerba fecit, ubi uolutationem in palaestra pro diminuenda carne laudauit; si quidem in ea nec certabant, neque complicabantur, sed solum celeriter supra pauimentum nitidum aut puluere conspersum sese rotabant. unde Galenus eam inter celeres motus non sine ratione posuit. 2. đ tu. ua.

De Pugilatu, & Pancratio, & Cestibus. *Cap. IX.*



PVGILATORIAM πυγμικὴν a Graecis uocatam ante Troianorum tempora in usu fuisse, testati sunt Plinius, & ante Plinium Homerus, quem etiam Plutarchus in 2. Symp. obseruauit, continuo pugilatum luctae & cur- Prob. 5. C sui iccirco praeponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originẽ accepit, sicuti quoq. Lucr. hoc uersu innuere uidetur.

Arma antiqua manus, ungues, dentesq. fuerunt. Lib. 5.

Quid uero esset haec exercitatio, quomodoq. perageretur, pauci (quod ego sciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hanc rem intellexerunt illi, qui pugnam cestuum, & pugilatũ idem penitus exstitisse uoluerunt. ex auctorum tamen scriptis coniectura consequi possumus, in hac exercitatione homines nudos concertare consueuisse, pugnisq. strictis uel nudis, uel aenea, uel lapidea sphaera plenis, unde σφαιρομαχεῖν, uel loris laminaue circumsepti sese inuicem percutere modo caput, modo dorsum, modo brachia petentes, neque umquam sese mutuo complicantes; in qua pugna superabat qui uel aduersarium pugnorum ictibus in terram prosternebat, uel grauius & damnosius feriebat. Tyrrhenos ad tibiam πυκ-

τεύειν

τύειν solitos fuisse, ex sententia Eratosthenis refert Athenaeus 4. Dipnosoph. Hoc certamen Plutarchus quidem exercendo corpori inseruijsse, testatum reliquit. ego uero ita sentio, pugilatum inter exercitationes a Galeno in 2. de tu. ualetu. adnumerari, sed pro sanitate tuenda, proq. bono corporis habitu comparando parum in usu in gymnasijs fuisse. ad quod credendum duabus potissimum rationibus adducor, quarum prima est, quod Galenus bis, uel ter solummodo pugilatum nominauit; & Antyllus, qui hanc rem diligentissime tractauit, nullum paene uerbum de hac exercitatione habuit, sicuti nec ullus alius fide dignus medicus excepto Aretaeo, qui in uertiginosis pugilatum commendare uidetur: nisi (quod ego suspicor) sit Graecus contextus deprauatus. Quod si pugilatus medicae gymnasticae exercitationis genus exstitisset, aequum certe erat, non adeo ab omnibus silentio praeteriri. Altera ratio est, quod, si naturam pugilatus exacte spectemus, cum percusiones, & euitationes bellum gerentibus necessarias aemuletur, ut dicebat Plutarchus, edoceatque, quin militarem peritiam magnopere adiuuet, infitiari non possumus; at cum solum brachia, atq. pugnos exerceat, interdumq. potius plagis ac grauibus percusionibus corpus offendat, quomodo ualetudinis conseruationi, boniq. habitus acquisitioni conferre possit, non uideo: ut tuto dicendum sit, pugilatum in gymnastica medica exiguum usum habuisse, in militari uero multum, in athletica plurimum: cuius principes & auctores fuisse Amycum, atque Epeum, prodiderunt Plato & Galenus, nec non in qua adeo Glacus Carystius excelluit, ut quincta & uigesima Olympiade coronatus pyctae idest pugilatoris nomine per excellentiam meruerit uocari. Pugilatores istos pinguedini comparandae operam dedisse, legitur apud Terentium, quod agebant, ut grauius percutere ualerent, & plagas ipsis illatas minus sentirent: est enim experientia & ratione comprobatum, obesos minus excarnibus iniurias sentire. Cur autem Tesprio ille Plautinus, ab Epidico interrogatus, quomodo herilis filius ualeret, respondeat, pugilice atq. athletice, non est admodum difficile coniectura consequi. quod etiam Galenus scriptum reliquit, Luctatores potissimum athletas ueros esse uocatos, sed paullo ante ipsius tempora etiam eodem nomine appellatos fuisse pugiles, & pancratiastes. qua de re fieri potest ut Plauti aetate pugiles ab athletis diuersi essent, utriq. tamen robori, & corporis crassitiei studerent, & iccirco seruus ille merito pugilatum, & athleticam separauerit, herumque suum robustum, & pingui uentre esse significarit. Ex lucta & pugilatu tertium

Margin notes: D; 2. Symp. Prob. 5.; E; F; In Eun. act. 2. sce. 3.; 2. de alim. fac. c. 2.; Plau. in Epidico.

A tertium quoddam excitationis genus componebatur, quod pancratium communiter gymnaſtici omnes appellabant, in hoc (ut teſtatur Ariſtoteles primo Rhetoricorum) qui exercebantur aduerſarios & pugnis ferire, & cõprimere, & continere, & deijcere ſtudebant: nam pugiles ſolis pugnis contendebant, nec umquam complicabantur; luctatores complicabantur & comprimebant, ut deijcerent, ſed pugnis minime percutiebant; pancratiaſtae tum utroque utebantur, & tum etiam quacumque alia ratione, ut dentibus, genibus, calcibus, talitris, denique toto corpore (ut dixit Pauſanias) aduerſarium uincere contendebant, atque in eo a pugilibus differebant. quod illi pugnis ſtrictis, hi digitis ſolummodo inflexis certabant. atque hoc ſignificare uoluit Galenus ubi ſcripſit: εἰ δὲ ἕκαστος τῶν δακτύλων καμφθῇ, τὸ σχῆμα τῆς χειρὸς γένοιτο μάλιστα B τοῖς ἐν παγκρατίῳ προτεταχόσιν αὐτὴν ὅμοιον, hoc eſt, ſin autem unuſquiſq. digitus flectatur, manus figura ijs maxime ſimilis euadet, qui ipſam in pancratio protenderint. talis etenim manuum figura prehenſandis aduerſarijs, cui maxime ſtudebãt pancratiaſtae, ut nomen quoque ſignificare uidetur, ualde accommodata erat; his de cauſſis exercitatio haec παμμάχιον uocata eſt quandoque, ſicuti Plato Euthydemum πάμμαχον dixit, necnon ambobus difficilius certamen habebatur, ob quod Galenus in 6. Epid. ubi renibus affectis exercitationem commendat Hippocrates, ſub tali exercitatione non debere pancratium ob magnitudinem laboris intelligi credit. qua item ratione permotum opinor Platonem, dum 8. de legibus ſua illa parum ab aliquibus approbata feminas exercendi ratione ductus mulieres ſolummodo poſt nubilem aetatem pan C cratio exerceri conſulit. de Pancratij ſpecie quapiam loquebatur mea ſententia Galenus, quando in commentarijs ſuper libellum de ſalubri diaeta dixit, gymnaſtas fere quos impinguare uolebant conſtituiſſe, inter exercendum προσάπτεσθαι, καὶ σωματομαχεῖν, (erant enim quaedam exercitationum genera) ut ſcilicet iungerentur, & toto corpore certarent, ſed nudi, ac ſine complexu. Hanc exercitationem ex his fuiſſe, quae in gymnaſijs peragebantur, perſpicue ſignificauit Propertius, ubi palaeſtrarum Lacedaemoniorum exercitationes decantans dixit:

Et patitur duro uulnera pancratio.

Neq. tamen ob id colligere decet, Pancratium apud medicos multum in ſanitatis uſum ueniſſe, quoniam, ſi pugilatus & lucta rarius ab ijs corpori exercendo probabantur, tanto minus Pancratium ex pugilatu, & lucta conſtans ſanitati multum ex uſu eſſe potuiſſe credendum

Cap. 5.

lib. 5. elia.

1. de motu muſcul.

dendum est. quod si Galenus aliquando scripsit se plurimos Pan- D
2 d tu. ua. cap. ulti. cratio sanitati restituisse, aut in ipsa conseruasse, illud effecit in ijs, qui exercitationibus huiuscemodi solis dediti erant, atq. tunc magna prudentia, & dexteritate adhibitis: ut nequaquam inferendum sit, Pancratium in gymnastica medicinae locum aliquē praecipuum habuisse; quamuis secus plurimum eius auctoritas in athletica ualuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis, & certaminibus usque adeo Pancratiastarum spectaculum oblectabat atque reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recusarēt, qualis fuit Phrynon Atheniensium dux Pancratiastes clarissimus, quem Pittacus Mityleneus singulari contendens certamine reste sub clypeo latente inuoluit, atq. hoc modo superauit: qualis item fuit Autolicus, cui ob gloriam Pancratij in Pritaneo loco Athenis dignissimo statua erecta fuit. Simile profecto pugilatui uel potius E eius quaedam species erat certamen illud, quod cestibus peragebatur. ij autem erant laminae aeneae manibus alligatae, quibus autem alligabantur, erant lora quaedam punctis interstincta, quae manibus & brachijs circumcirca alligabantur, ut non modo pondere aliquo, & crassitie, uerum etiam soliditate cestibus certantes seipsos ferirent. unde patet, hos aliqua ex parte diuersos fuisse a pugilibus proprie uocatis, nempe qui solis manibus in pugnos coniunctis inter se dimicabant: quamuis etiam ita certantes nonnumquam pugiles uocari scio, ut apud M. Tullium 2. Tusculanarum quaestionum lib. Cestiphoros in gymnasijs quoque exerceri solitos testatum fecit Propertius, qui libro 3. in palaestris Spartanorum puellas etiam cum cestibus exerceri consueuisse, in hunc modum scribit. F

Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris.

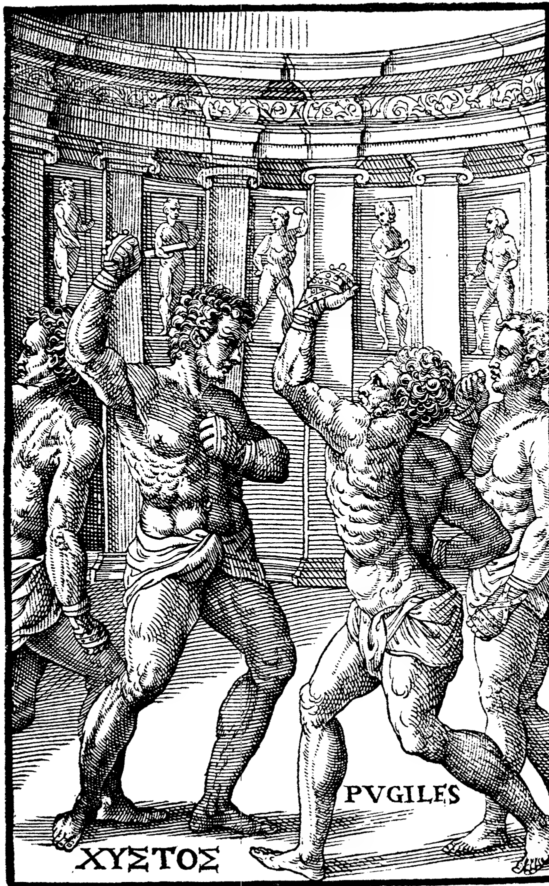
Quod uero huiuscemodi certamen potius athletae, quam sanitatis studiosi exercerent, ex ijs, quae supra de pugilatu scripsimus, facile cognosci potest: quandoquidem tanto deterius percussiones cestibus impactae corpora hominum, quam pugnis afficiunt, quanto pugni expansis manibus. quare non est credibile sanitatis studiosos hoc exercitationis genus adamasse, & qui se uerberibus, plagis, & ictibus, pugnisq. exponeret, sanitati admodum consuluisse: sicut ex aduerso athletas non parum eo delectatos, hinc conijcere possumus, tum quia maxima populum huiuscemodi pugna delectatione afficiebat, tum quia gloriam, & praemia ex ea populi uoluptate in amphitheatris, & sacrificijs comparabant. Cestibus enim clarum fuisse Amycum Bebryciorum regem, Neptuni filium a Pol-

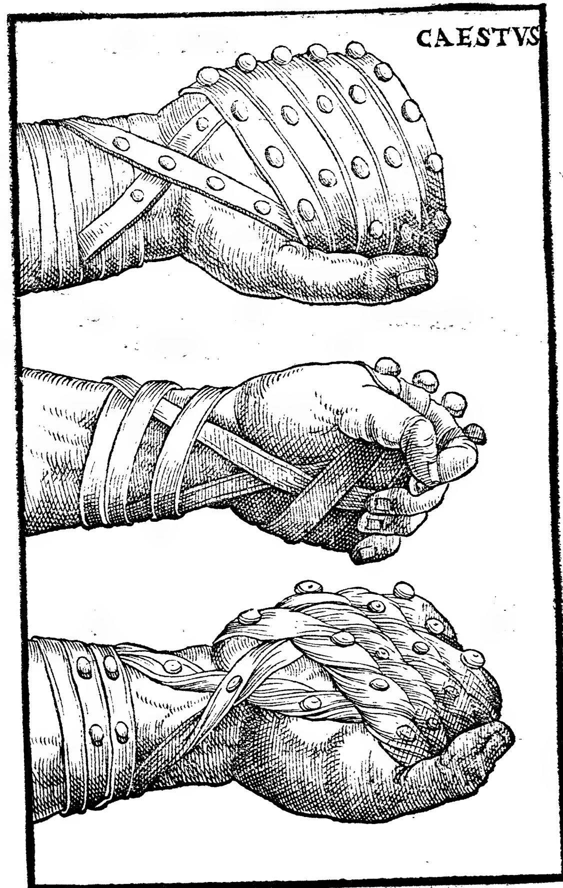
luce

A luce occisum, scripsit Valerius Flaccus 4. Argon.

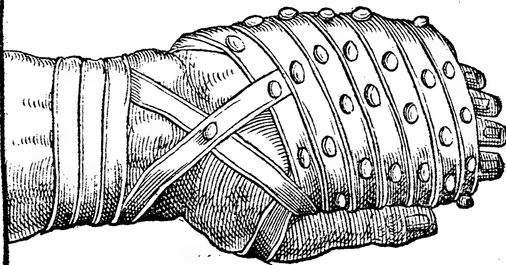
Sparta terapnea pugilem cum Gymnade pinguem
Stratum Bebrycijs Amycum suspexit arenis.

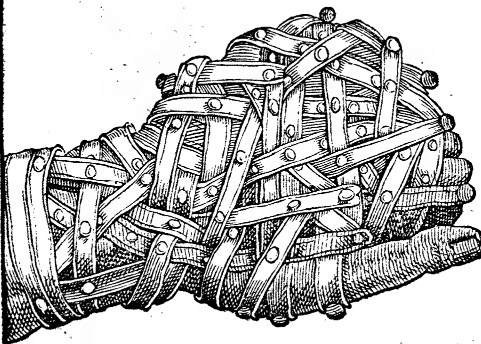
similiter Virgilius Entellum, ac Daretem, & Ouidius Brotheam, 5. Aeneid. 5. metam.
ac Ammonem cestibus ualuisse scripserunt. itaque inter pugilatum, Pancratium, & cestus, unum Pancratium in medicina gymnastica frequentius, ceteros duos rarius usurpatos esse iam liquet. Pugilum autem, qui cestibus certabant, nec non cestuum ipsorum uarias picturas hic damus, ut ipsas uel ex sepulcrorum, uel ex gemmarum antiquarum sculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Ligorius, in ueterum monumentis renouandis peritissimus.


PVGILES
ΧΥΣΤΟΣ


CAESTVS

CAESTVS





A De Cursu. Cap. X.



Nter cetera, quae ob uitae conseruationem animalibus a natura tributa fuerunt, currendi potestatem praecipuã esse, omnes, qui eorum statum considerare uolent, sine labore intelligent, si quidem cetera quaeque, quibus se ipsa tuentur, uel non statim connascuntur, uel non perfecte corpora defendere ualent, quin ab insidiantibus aliqua ex parte laedantur; at cursus cunctis fere ab ortus principio donatur, atque ita corpora ab insidiatorum, & omnium offendere ualẽtium iniurijs tuetur, ut nullam laesionem ea sustinere patiatur. quo magis homini ualde conquerendum esset, cum multo tempore ad currendum ineptus degat; nisi & ipse, cui crura ambulationis, & cursus gratia B a natura in eam figuram fabricata Aristoteles & Galen. prodiderunt, hanc iacturam custodia parentum, sub qua tunc uiuit, facile emendaret, qui etiam naturae donis non modo ad uitam conseruandam, uerum etiam ad eam iucunde simul, atque sane traducendam uel solus, uel omnium animalium maxime uti nouit, sicuti in cursu uidere possumus, qui cum uitae dumtaxat conseruandae caussa homini tributus foret, eo tamen ad gloriam, ad uoluptatem, ad sanitatem consequendam uti non aegre tulit. Quis nescit, maiores nostros inter alias exercitationes ad spectacula, ad militares exercitationes, ad sanos habitus acquirendos institutas cursum quoque habuisse? cui locum peculiarem in gymnasijs assignatum nullum uidere licet, quod haec exercitatio in uijs ipsorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri posset, atque etiam quandoq. C in loco, ubi altus puluis stratus erat, si credimus Luciano, ageretur. neque enim peridromidas ad cursum, etsi nomen innuat, sed ad deambulationis usum institutas scimus ex superioribus. Athletae, qui ludorum & certaminum gymnicorum celebritates repraesentabant, usque adeo currendi uim interdum aestimabant, ut (quod refert Plinius) lienem sibi ipsis inurendum curarent, quominus ille currendi celeritatem, sicuti solet, impediret. Huiusce cursus certamen, sicut & luctae, primos Eleos sine ullo ueteris memoriae exẽplo instituisse, auctor est Pausanias: apud quem similiter legitur, Endymionem filijs de imperio tale certamen in Olympia proposuisse; nec non currendi morem Nemiacis, & Isthmicis intermissum ab Hadriano restitutum esse. Ex quo loco scire possumus & seruos, & ingenuos antiquitus in cursus certaminibus contendisse: eo magis quod tradit Lampridius, Alexandrum Seuerũ num-

lib. de cõi aĩal. gress. li. 15. d' usu partium.

In dialogo de gymnasijs.

li. 11. c. 37.

5. & 6. Eliacorum.

quam curſorem niſi ſeruum uoluiſſe, quo ddiceret, ingenuum nō D
1. de leg. niſi in ſacro certamine currere debere. Ex altera parte Plato ad bel
licas exercitationes ita curſum commendauit, ut non modo uiros,
& iuuenes, uerum etiam uirgines, pueros, & mulieres, omnesque
tam nudos, quam armatos ad currendum exerceri uoluerit non in
ſtadio ſolum, ſed & in dolicho, in diaulo, & in ephippio. Platonis
ſententiam ſecutus Vegetius in commentario de militari exercita-
tione ſcriptum reliquit, ad curſum praecipue iuuenes, qui militari
diſciplinae incumbunt, aſſueſaciendos eſſe, ut maiore impetu in
hoſtem currant: ut loca opportuna celeriter, cum uſu uenerit, occu
pent, uel aduerſarijs idem facere uolentibus praeoccupēt, ut ad ex-
plorandū alacriter pergant, alacrius redeant, ut fugientium facilius
terga comprehendant. Refert Salluſtius de Magni Pompeij exerci
tatione eum cum agilibus, ſaltu; cū uelocibus, curſu; cum ualidis, E
uecte certaſſe, neque aliter Sertorio aequandū umquam fuiſſe, ni-
ſi ſe, & ſuos milites huiuſcemodi frequentibus exercitijs ad bella
praeparaſſet. Ex quibus colligitur, curſum hunc in gymnaſtica bel
lica maximi momēti fuiſſe, & quemadmodum athleticū quattuor
praecipuas habuiſſe ſpecies, ſtadium de quo D. Paullus loqueba-
tur, quando dixit, currentes in ſtadio ob corruptibilem coronam
certare, dolicum, diaulum, & armatum, in quorum poſtremo bis
lib. 2. c. 9. Callicratem uiciſſe ſcribit Pauſanias, unde ςαδιοδρόμοι, δολιχο-
δρόμοι, διαυλοδρόμοι, ὁπλιτοδρόμι dicti ſunt, horum exercitato-
res. Qui praeterea Galenum medicum in 2. & in 6. de tuen. ual. li-
bro non oſcitanter uidit, intelligere facile poteſt, curſum inter ex-
ercitationes ſanitati ac bono corporum habitui conferentes non
lib. Epo. exiguam partem habuiſſe: quando etiam Seneca inter exercitatio- F
a. xv. nes corporis, quarum rationem habendam cenſuit, primum lo-
cum curſui dedit. Huius tres tantum ſpecies effeciſſe Antyllum re-
perio, alteram in anteriora currendi, alteram in poſteriora, alterā
in orbem. quamuis item apud Galenum & dolichum, & diaulum
2. ſā tu ua. reperiri ſciam, quorum alterum refert ipſe Graecis continuatum
cap. 10. diu curſum ſignificare, quem tamen maior pars auctorum duplicis
ſtadij ſpatium exſtitiſſe cenſet, alterum uero definiunt fere omnes
fuiſſe curſum, quo ſtadium ſemel currebant, & recurrebant. Itaq.
ſtadium erat curſus unius tātum ſtadij, dolichus duplex uno curſu
ſtadium, diaulus duplex, & ipſe ſtadium, ſed reflexo curſu. ut fieri
poſſe credam peryſtilij interioris an bi:um, quem diaulum, ob
duorum ſtadiorum menſuram uocatu m tradit Vitruuius, huiuſce-
modi curſui inſeruiſſe. Quapropter falſum illud eſſe depreĥendi-

tur,

A tur, quod apud Suidam legitur, stadiodromos longiorem tractum metiri cursu dolichodromis, cum huius contrarium manifesto intelligatur ex Parmenionis epigrammate.

φημὶ πολυστιχίην ἐπιγράμματος οὐ μετὰ μούσας
Εἶναι, μὴ ζήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον.
Πολλ᾽ ἀνακυκλεῖται δολίχου δρόμος ἐν σταδίῳ δὲ
Ὀξὺς ἐλαυνόμενος πνεύματος ἐστὶ τόνος.

Idem ex prouerbio μὴ ζήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον a Polluce lib. iij. citato magis adhuc confirmatur, quo significatur, in re minori nõ esse quaerẽdã maiorem. Ad haec habuit cursus multas species a locorum uarietate desumptas, quoniam si quando extra gymnasia cursitabãt, prout necessitas, cõmoditasue postulabãt, aut per plana loca, aut per aspera, aut per aequalia, aut per inaequalia, aut per prata, aut per montes cursum agebant. Neque hic mirari debet quisquam, quod ualetudini studentes extra gymnasia quoq. currerent;
B propterea quod loca similia cum haud quaquã omnes formas exercitationibus quibusuis aptas habere possent, cogebantur interdũ homines, prout ualetudinis ratio exigebat, extra gymnasia adire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi currebant. de quibus omnibus exstat Aristotelis sententia, quod currẽtes nudi uestitis coloratiores redduntur, ut omnes qui loca libera & aspiratiora incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & silentia tenent. 2 partic. prob. 30. & partic. 38. 3.

De Saltu. Cap. XI.

CVRSVI saltus, ἅλμα a Graecis gymnasticis uocatus, nõ parum assimilatur, nempe qui, sicut cursus est continuatus saltus, ita ipse sit intercisus cursus; hunc a saltatione,
C de qua superius sermonem habuimus, lõge differre, nullus ambigit, cum opus alterius ὀρχεῖσθαι, alterius ἅλλεσθαι, & a Platone, & a Galeno, & a reliquis probatis auctoribus dicatur. Huius exercitationes nullum fere ad bellicã exercitationem effatu dignum, aut non saltem necessarium, aut non admodum crebrum usum exstitisse, inde conijcerem, quod Plato inter alias nullã prorsus de illo mentionem fecerit: sed unius Vegetij in hac re non contemnendi auctoris testimonium me secus sentire cogit, ubi scribit iuuenes, qui militiae operã nauant, ad saltũ praecipue exercendos esse, quo uel fossae transiliuntur, uel impediens aliqua altitudo superatur, ut, cũ eiusmodi difficultates euenerint, possint sine labore transire. In athletica uero facultate saltũ locũ habuisse, praeter Pin- lib. 1. de re mili. c. 9.

daricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos, ſaltum primum hoc uerſiculo fecerunt. D

ἅλμα, δίσκος, ἀκόντιον, δρόμος ἠδὲ πάλη,

ideſt,

Saltus, tum diſcus, tum lucta, & iacula, curſus,

teſtat̃ abunde Ariſtoteles, q in libro de cõmuni aĩaliũ greſſu ſcriptũ reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque manu comprehenſis maiorem, & concitatiorem ſaltum edere, quam non comprehenſis quod item poſt ipſum Theophraſtus in libro περὶ κόπων plane confirmauit. Porro gymnaſticam medicinae ſaltu nec ipſam caruiſſe, ſatis comprobauit Galenus, dum eum inter ceteras palaeſtrarũ exercitationes ſaepius recenſuit: ſed Antyllus penes Oribaſium diligẽtius omnibus & ſaltum exercitationem ſanitati idoneam eſſe, & quid ſit, demonſtrauit, ubi hanc ſententiam habuit: quod exſilire, E & ſaltare inter ſe differunt, quoniam πηδᾶν, ſiue exſilire eſt motus quidam curſui ſimilis, quãdo ſcilicet eodem in loco corpus manet poplites inflectendo, & circumuehendo, ſaltus ſiue ἅλμα eſt motus ferme continuus in ſublime, uel tamquam medium, uel tamquam metam nullis certis legibus, neq. imitationibus terminatus, ob quod a ſaltatione differre apparet, nempe quam legibus, numeris, & imitationibus uti oſtendimus. has ſaltus ſpecies Senecam in-

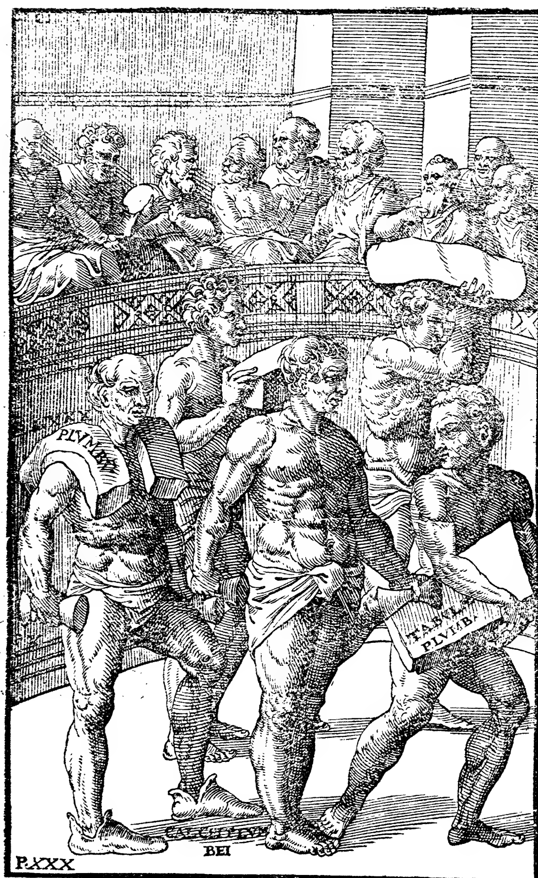
Lib. 2. Epiſt. 15 tellexiſſe exiſtimo, dum pro exercendo corpore ſaltum commẽdabat, uel qui corpus in altum leuat, uel qui in longum mittit, uel qui ſaliaris, aut fulonius dicebatur. Exſilitione olim utebãtur Lacenae mulieres ad nates ſaltando, quae retroflexis cruribus ita ſaltabant, ut calcibus nates attingerent, quandoq. cruribus alternatim inflexis, quandoq. uero utrisque uno & eodem tempore. Has mulieres F poſtmodum aereis ſtatuis repraeſentaſſe Callimacum ſtatuarium,

Lib. 34. cap. 8. ob nimiam diligentiam Cacirotecnum nũcupatum, auctor eſt Plinius. quem autem proprie ſaltum Antylli auctoritate uocamus, in gymnaſijs duplici modo uſurpatum inuenio; altero, quando ſaltãtes uacuis manibus ſeipſos in ſublime agebant: de quo uerba faciẽs Ariſtoteles ſcripſit, arduum & difficile eſſe, ſaltu continentem age-

Lib. de cõi aĩal greſſu re motum, argumentum afferens equorum illorum, quos pompae gratia ſeſſores ſuſtinere, nec progredi ſinere ſolent, & qui ita ſeſe mouentes cito laſſantur, & fatigationem ſentiunt; altero, quando manibus ponduſcula capiebant, ut illis firmati uehementius ſalta-

in libro περὶ κόπων. rent, quae ponduſcula tametſi ab Ariſtotele, & Theophraſto ἁλτῆρας nuncupari ſciam, tamen ἁλτῆρας aliud exercitationis genus exſtitiſſe, inferius demonſtrabo. Interim lapſum Cornarij adnotare placet,

A placet, qui in commentarijs in ſecundum Galeni de compoſit. medicament. ſec. loc. librum, huiuſce rei ignarus, damnãdum putauit Budaeum, qui dixerit, certantes ſaltu halteribus uſos eſſe; nam ut illi fortaſſe donem, quae ait de halterum, & halcterum diuerſitate; nihilominus Ariſtoteles v. problem. viij. & Theophraſtus libro de laſſit. aiunt, (quod ipſe negat) Quinquertiones, & alios melius ſaltare, ſi lapidẽ, uel halteres manu geſtent, quam ſi brachio inani iactentur. Vnde fortaſſe & apud Galenum 2. de tuen. ualetu. & apud Artemidorum legendum non ἁλτκήρες, & ἁλκτηρία, ſed ἁλτῆρες, & ἁλτηρία: quando ſcilicet apud nullum alium auctorem hãc uocem ἁλκτήρες uſurpatam inuenire mihi contigit. Quomodo uero ſaltatio iſta tam ab athletis, quam ab alijs perageretur, haec equidem conijcio, uidelicet quod interdum per plana loca conti-
B nuatis ſaltibus ſaltabant, atque tunc limitem, unde principium ſaltandi capiebant, βατῆρα appellatum, & menſuram κανόνα dictum habebant, quemadmodum quoque & terminum, quem attingere, magnam, praeterire, maximam laudem fuiſſe ueriſimile eſt, τὰ ἐσκαμμένα uocatum, unde factum eſt adagium in eos, qui metam trãſiliunt, πηδᾶν ὑπὲρ τὰ ἐσκαμμένα, aliquando ex humili loco in altum ſaltabant, aliquando ex alto in humilem, inter quos maiorem laborem afferebat qui ex humili in altum efficiebatur, cum ſimpliciter adſcendere, quam deſcendere continuo laborioſius praedicauerint Ariſtoteles, & Theophraſtus. Neque ſolum manibus ponduſcula ſaltantes, ut melius exercerentur, habuiſſe inuenio, immo uero & grauiora pondera interdum ſupra caput, nonnunquam ſupra humeros, aliquando in pedibus geſtabant: quemadmodum ui-
C dere eſt ex hac uetuſtae tabulae pictura, in qua ſaltantes appoſitiſſime repraeſentantur: quamque ut antiquam, & ueram a Ligorio accepimus.



An ea pódera dũtaxat ad maiorẽ exercitationẽ faciẽdã inferuirent, ita existimo, ijs, q̧ gr̃a ualetudinis exercebant̃, hũc finẽ habuisse. At alijs ad gloriã quãdã inanẽ potius tẽdebãt, qđ.s.q̧ maioribus põderibus oneratilõgius, & altius saltarẽt, ij maioribus p̃mijs, atq; honoribus decorarẽ-

A tur. Erãt quoque q̃ supra utres oleo unctos & uino plenos pedibus saltarẽt; inter quos uictores ij cẽsebant̃, q̃ ita sese dextere gerebant, ut prae lubricitate humi nõ caderẽt. atq. hi ꝓ uictoriae p̃mio utrẽ cũ uino ferebãt: q̃ uero terrã natibus ꝑcutiebãt, nõ sine magna uoluptate spectatoribus risum mouebãt. Id autẽ antiq̃tus obseruatũ in ludis Baccho dicatis, quos ἀσκώλια uocabãt, ꝓdit̃, in q̃bus utres caprinis pellibus cõflati saltibus calcabant̃ in caprarũ cõtẽptũ, q̃ adeo uitibus infestae credũtur. De hoc Aristophanes in Plato: ἀσκωλία ζ' ἐνταῦθα πρὸς τὴν αἰθρίαν. i. hic sub dio supra utrẽ salta, & Eubulus apud Aristophanis interpretẽ: καὶ πρόσγε τοῦτο ἀσκὸν εἰς μέσον καταθέντες εἰσάλλεσθε, καὶ καγχάζετε ἐπὶ τοῖς καταῤῥέουσιν. i. Quare utrẽ in medio collocãtes supra ipsum saltate, & eos qui humi ciciderint, cachinno prosequimini. De his etiam Virgilius. 2. Georgicorum. *Atque inter pocula laeti.* 5. partic. Prob. Li. de lass.

B *Mollibus in pratis unctos saliere per utres*

Sed illud nõ ignorãdũ, q̃d scriptũ est apud Iul. Poll. ἀσκωλιάζειν, tã de his, q̃ de uno subleuato pede, altero solo saltãtib⁹, dictũ eẽ apđ ueteres.

De Disco & halteribus. *Cap. XII.*

DIsci iactũ inter exercitationes gymnasiorũ haudquaq̃ infimũ locũ habuisse, nõ modo Gale. clarissimis uerbis affirmauit, Propert. ꝓdixit, uerũ ẽt Vitruuius elegãtissima quadã historia apte insinuare uisus est, apud quẽ legit̃, q̃đ cũ Apaturius Alabãdeus Trallibus scenã excellẽtissime finxisset, adspectusq. eius ꝓpter asperitatẽ eblãdiret̃ oĩum uisus, & iã id opus ꝓbare fuissent parati, tũ Licinius Mathematicus ꝓdijt, & ait Alabãdeos satis acutos ad oẽs res ciuiles haberi, sed ꝓpter nõ magnũ uitiũ indecentiae insipiẽtes eos esse iudicatos, q̃đ in gymnasio eorũ, q̃ sunt statue oẽs, sunt caussas agẽ- 2. đ tu. ua. Libro 3. lib. 7. c. 5.

C tes, in foro autẽ discos tenẽtes, aut currẽtes, seu pila ludẽtes: notauit. n. mathematicus quod, sicuti statuae caussas agẽtes fori sunt ꝓpriae, ita discũ tenẽtes gymnasij, & ob id indecẽtẽ inter locorũ ꝓprietates statũ signorũ publicae ciuitati uitiũ existimationis adiecisse dixit. Erat itaque antiq̃s illis discus gymnasij exercitatio, quã an bellicae peritiae studiosi inter ceteras exercerẽt, nõ admodũ mihi cõstat, nisi Plato inter iaculationes illas uarias, quas magnoꝑe futuris optimis militibus cõmendat, disci quoq. iaculationẽ subintelligi uoluerit, quemadmodũ Homerus quoq. 2. Ilia. significauit, ubi finxit Achillẽ Agamẽnoni iratũ Myrmidonas suos a pugnãdo remouisse, atq. illos ipsos ne torq̃scerẽt in maris littore sese discis, atq. iaculis, tãquã militibus aptis, exercuisse: quasi si nõ laedẽdis hostibus, saltẽ uariae agilitati ipsorũ cõparãdae hmõi exercitatio accõmodata eẽt. Athletas uero in eo se exercuisse, nec nõ ĩ publicis certaminib⁹ cõtẽdisse, manifestũ facere põt cõis auctorũ sñia, qui inter athletarum certamina discum omnes uno ore adnumerant, & praeter hos pictura, quam hic damus.



ſicut etiam Galenus, Aetius, Paullus, & Auicēna inter exercitationes ſanitati & bono corporis habitui conferentes diſcum recenſent. Sed, priuſquam longius progrediar, rationi conſentaneum puto admonere, Diſcum penes ſcriptores uaria ſignificaſſe, nam teſtatur Suidas, diſcum

A scum fuisse instrumentum quoddam rotũdum, quod aliquando adeo
graue erat, ut uix ab uno hoĩe eleuari ꝑposset: ueluti a D. Hierony-
mo de se ipso scriptum est. De hoc equidem locutum opinor Solonem
apud Lucianum, ubi interrogans Anacharsim, nunquid in gymnasio
globum quendam iacentem aeneum, atque teretem, in parui scuti fi-
guram formatum, neq. lorum, neq. baltheum habentem uidisset, qui
grauis, & comprehensu dificilis erat, eum manu sursum extortum in
aerem aliquos iaculari consueuisse, subiungit: Aliquando etiam inue-
nio, instrumentum illud figuram solis corpori similem habuisse, quod
ab Alexandro in ij. problem. (siue is Aphrodisiensis, siue Trallianus,
quod magis suspicor, exstiterit) solis corpus δίσκος uocetur. Vocatus
similiter fuit discus quadra rotunda, qua epulae in mensas fereban-
tur. Vnde δισκοφόροι appellati sunt, qui quadris ferendis destinãtur.
B Sic legimus caput D. Ioannis Baptistae saltatrici in disco oblatum esse.
Postremo discum instrumenti, de quo nos loquimur, genus designasse
reperitur. Quale porro instrumentum is esset, ita ꝓditum inuenio. In-
terpres Homeri Eustachius exponens uerba illa ij. Iliados.

δίσκοισιν τέρποντο, id est, *ludebant discis*,

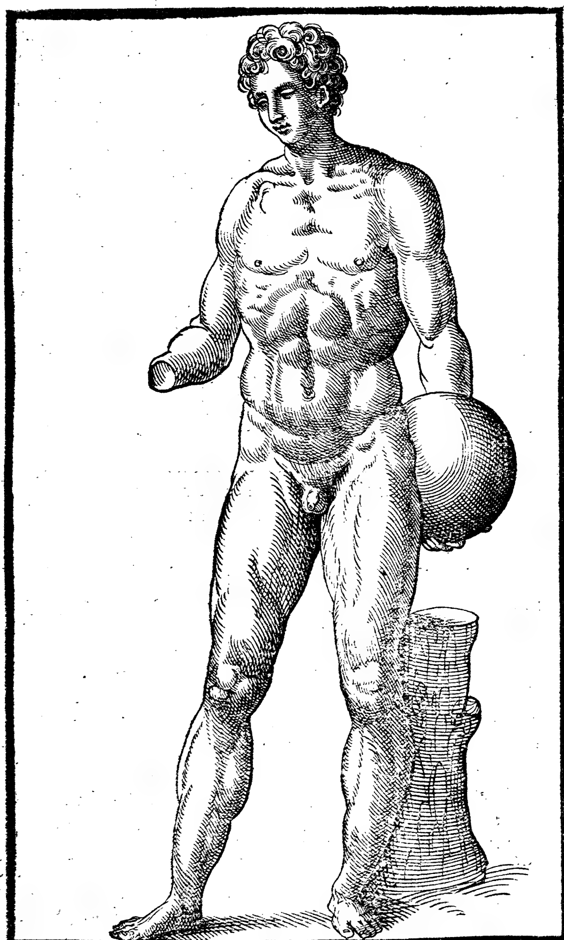
inquit: δίσκος ἐστὶ βαρὺς λίθος, ὃν ἐρρίπτουν οἱ γυμναζόμενοι, τὸν γὰρ σι-
δηροῦν, σόλον προσαγορεύουσι. Vnde secundum huius sententiã patere
potest, discum fuisse lapidem grauem, quem exercentes se proijcie-
bant, &, cum ferreus erat, massam uocabant. Huic attestari uisus est
Martialis his uersibus.

Splendida cum uolitant Spartani pondera disci,
Este procul pueri, sit semel ille nocens.

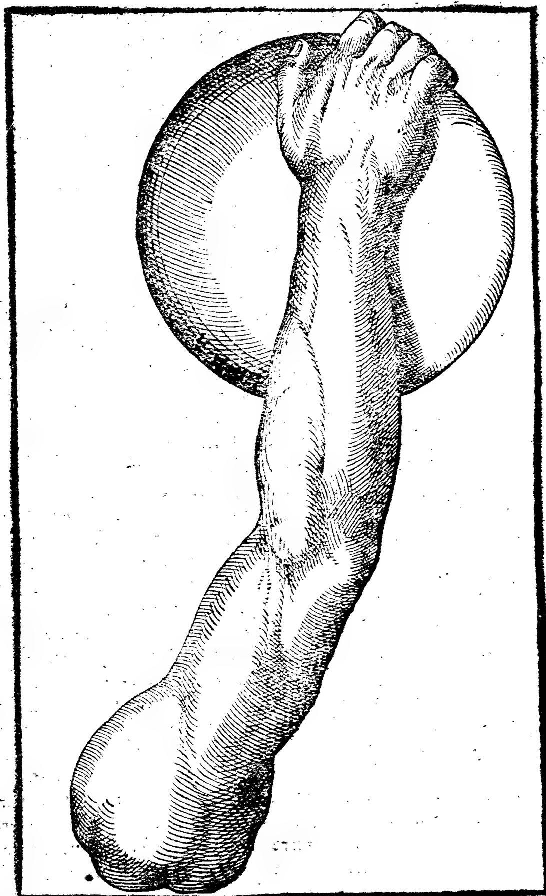
Alij, quibus ego assentior, crediderũt discum fuisse laminã quãdã triũ
C uel quatuor digitorũ crassitudine, lõgiorẽ paullo plus pede, alias lapi-
deã, alias ferreã, (aeneã quoque ex sepulcro Marci Mannij Philopa-
tris Athletae in uia Salaria posito se uidisse, testatus est nobis peritissi-
mus Ligorius) cuiusmodi maiorẽ partẽ, ne, dũ ex alto rueret, frãgeren-
tur, fuisse puto, planã quasi lẽtis speciẽ referentẽ, quã in aerẽ ꝓijciebãt,
sed modo a iaculorum missione diuerso, si quidem in mittendis iaculis
brachia pãdebãt, mox prorsum impellebãt contra in disco manu ad pe
ctus adducta, atque extrorsum & deorsum reducta, rotationis instar il-
lũ in aerẽ eiaculabãtur, ut ꝓbelle explicauit Propertius hoc uersiculo.

Missile nunc disci pondus in orbe rotat.

Quod enim discus figuram, quam diximus, lenti similẽ habuerit, prae-
ter Dioscoridem lenticulam δίσκον nuncupantem, expressa hic com-
probat Discoboli marmorea statua, quae hodie Romae in aedibus Ioã
nis Baptistae Victorij seruatur, in cuius manu discum figura a nobis
expressa positum uidere licet.



qđ itē oſtēdit alterius diſcoboli brachiū Lapideum hodie in magni Tuſciae ducis aedibus Pittis uocatis ſeruatū, ex quibus ſimiliter diſcū eiaculādi modū intelligere licet, ut prudēter nos monuit doctiſſimus Petrus Victorius aetatis noſtrae ornamentū, q brachij figurā ad nos miſit.



Harum statuarum similes alias duas discobolorum fuisse uerisimile est, quarum unam ex aere Myronem praeclarissimum statuarium finxisse, a Quinctiliano celebratam; aliã Tauriscum pictorem illustrem excel-

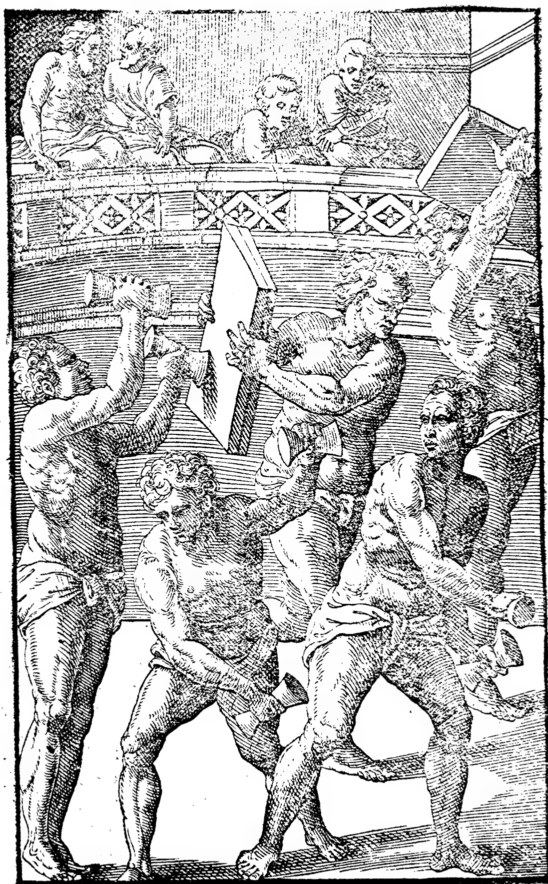
lentes

lenter pinxisse, refert Plinius. Hanc formã disci una cũ praedictis testimonijs si uidisset, ac mature examinasset Gulielmus ille Choulus, nũquã certe affirmare ausus esset, discum pilã rotundã in medio perforatam fuisse; nisi bonus ille vir nomine pilae quamlibet rem orbiculatã praeter Latinae linguae usum intellexerit. Atq. hoc dico; qm̃ in Marci Aurelij Imp. nummis quibusdam Apolloniae Illyrij excussis, quorum exemplar supra positũ est, huiusmodi Discobolorũ lusus repraesentatur, in quo discum quadram quandã orbiculatã, & in medio perforatam fuisse apparet. Vt hinc conijciam, non unã discorum formam exstitisse, qua siue in sacrificijs, siue in gymnasijs uteretur. illud attamẽ praetereundũ non est, in disco iaculando artem quãdã, ut Pindari interpres ostendit, necessariam exstitisse; alioqui iaculatores laude frustrati deridebantur, & saepe damna insignia spectatoribus afferebant, quod a Phoebo actum fuit, quem disco Hyacinthum interfecisse fabulantur. Disco simile erat alterum exercitationis genus, ἁλτῆρες a Graecis appellatũ, qđ in palaestra actitari solitũ scribit Galenus. hoc ab halteribus supra nominatis, quos saltatores, ut uehementius saltarent, manibus cõprehẽdere cõsueuisse, demonstrauimus, diuersum fuisse aperte declarauit Antyllus, cuius uerba apud Oribasiũ ita scripta reperiũtur in capite περὶ ἁλτηρεβολίας. Διαφορὰ δ᾽ ἔστιν αὐτῶν τῶν ἁλτήρων, ἢ γὰρ βάλλονται παρὰ μέρος τῶν χειρῶν ἐκτεινομένων τε, καὶ συγκαμπτομένων, ἢ κρατοῦνται μόνον ἐν προτάσει τῶν χειρῶν ἡσυχαζουσῶν ὡς τὰ πολλὰ βραχεῖαν τε κίνησιν κινουμένων αὐτῶν τε τῶν γυμναζομένων ἐμβαινόντων, καὶ ἀνασειόντων τοῖς πύκταις ὁμοίως, ἢ κατὰ σύνευσιν τῆς ῥάχεως ταῖς χερσὶ παρὰ καμπτόντων τῶν γυμναζομένων. idest, in capite de Halteris iaculatione. Differentia autẽ est halterum ipsorum. aut enim proijciuntur manibus extensis & uicissim inflexis, aut in manuũ protensione, quae quiescunt, & ut plurimũ breui motu mouẽtur, solũ continentur; ipsi uero, qui exercebantur, non secus ac pugiles, introibant & concutiebant, uel qui se exercebant, secũdum dorsi assensum manibus uicissim se flectebãt. Ex quibus uerbis plane indicari uidetur, quod, licet halteres huiuscemodi ex eadem materia, atque eadẽ forma, qua saltatorum põdera esse possent, nihilominus ab illis differebãt, quod nõ modo manibus, ut saltatores, tenerentur; uerum etiã uarijs modis emitterentur, perinde ac temporibus nostris apud multos in usu habet, qui sese exercent, aut pilam, aut lapidem uel terreum, uel plũbeũ manibus, ac brachijs extensis, & circumactis in altum mittentes, de quibus locutus fuit Arataeus, auctor nõ minus ꝓbatus, quã antiquus; ubi in dolore capitis τῶν ἁλτήρων βολὴν commendauit. Et ut possit certior formae huiusce exercitationis notitia haberi, adponendas curauimus halteristarũ imagines, quas ex gemmis antiqs sculptis acceptas ad nos misit Pharyus Lig.

D

E

F



Et ne quis a nominum aequiuocatione errandi occasionem aliquã D
do capiat, illud animaduerti uolumus, ab ἁλτῆρος ἀλητῆρα non pa
rum differre: quandoquidem ἁλτὴρ exercitationis genus iam a no
bis descriptum, nec non pondera a saltatoribus manibus apprehen
di solita significat, ἁλτῆρα uero genus fuisse orchesticae, siue salta
tionis apud Sycionios usitatum refert Athenaeus. quo nomine Itha
censes quoque unam exercebant, quam non sine Vlyssis fortuna at
que aerumnis constitisse arbitror; si quidem ἀλητὴρ ex Homeri uer
sibus, ex Hippocratis usu, atque Galeni interpretatione mendicum
atq. erroneum significat. Quales porro fuerint huiusmodi halte-
res, nihil aliud explicatum reperio, nisi id quod Pausanias in. v. Elia
corum scripsit in hunc modũ: Οἱ δὲ ἁλτῆρες ἔτοι παρέσχοντο σχῆ
μα τοιόνδε κύκλου παραμηκεστέρου, καὶ οὐκ ἐς τὸ ἀκριβέστατον περιφε- E
ρεῖς εἰσιν ἥμισυ, πεποίηνται δὲ ὡς καὶ τοὺς δακτύλους τῶν χειρῶν διιέ-
ναι, καθάπερ δι᾽ ὀχάνων ἀσπίδος. id est, Hi autem halteres circuli ob
longioris figuram habent, neque dimidio ad exactissimam rotun-
ditatem perueniunt. Ita uero facta eorum est figura, ut manuum
digiti tamquam per clypei ansam immittantur: a quo paullo diuer
sius sensisse uidetur Coelius Aurelianus medicus inter Latinos anti

Li. 4. chro. cap. 2.

quos, ubi scribit, Arthriticis conuenire ceram digitis emollien-
dam dare, uel manipulos tenendos, quos palaestritae halteras ap-
pellant, tum mouẽdos cereos, uel ligneos, primo cum paruo plum-
bo interfuso, tum pro modo profectus grauiores. Ex quibus uerbis
elicitur Halteres fuisse massulas quasdam, siue manipulos ex uarijs
materijs modo leuioribus, modo grauioribus confectos, ea magni-
tudine, ut manu quilibet caperetur. qui mea sententia nedum so-
lis manibus, uerum etiam funiculis halteribus ipsis circumfusis, de- I
inde interproijciẽdum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt
hisce temporibus multi, qui sic aut rotulas ferreas, aut caseos, aut
quid aliud simile proijciendo certant. An uero ἁλτῆρες a Platone
inter ceteras ad fortitudinem militarem comparandam excogitatas
exercitationes nominentur, nihil certe explicatum habetur: opi-
nor tamen ego, ipsum ubi 8. de legibus, haec de mulierum proprijs
exercitationibus scribit, καὶ λίθοις ἐκ χειρός τε, καὶ σφενδόναις ἁμιλ-
λωμένων, nil aliud animo concepisse, nisi quod illae tum lapidibus
a manibus, tum a fundis emissis inter se certare deberent. nam &
ἁλτῆρες aliquando lapides erant, quos a manibus exercitatores eij-
cere consueuisse indicauimus; unde sub nomine lapidis a manibus
emissi ἁλτῆρα Platonem intellexisse non est prorsus rationi dissen-
taneum: ueluti certum est, fundam ab halteribus diuersam funicu-

lum

A lum quendam fuisse, qui duobus capitibus manu capiebatur, altero cum ansula ne exiret, altero sine ut dimitti posset, atq. in medio latior erat, ut ibi lapis contineretur, quem circumacto ualide funiculo & ab uno capite dimisso uehementer proijciebant funditores. quam proiectionis formam duabus de caussis a Phoenicibus, quos Plinius fundae inuentores fecit, repertam credo; altera, ut minus manibus ex lapidum asperorum attrectatione nocumentum accederet; altera, ut longinquius & maiore impetu lapides proiicerentur. unde Dauidem ad prosternendum Goliatem funda uti uoluisse existimo, quoniam aduersus robustissimum Gigantem maxima ui, & maximo armorum impetu opus esse cognouerat. Hoc genus certaminis apud Balearium insularum populos usq. adeo celebra- lib.7.c.56.
B batur, ut matres filios suos alijs cibus uesci non paterentur, nisi quas funda sibiipsis comparassent.

Et ideo Virgilius fundam cognomine Balearem hoc uersu appellauit.

Stuppea torquentur balearis uerbera fundae. 1. Georg.

& Statius libro primo.

Roboraq. & grauidas fundae balearis habenas;

Ouidius lib. ij. Metamorph.

Non secus exarsit, quam cum balearica plumbum
Funda iacit: uolat illud, & incandescit eundo.

Quod uero bellica gymnastica huiusmodi exercitationem in usu haberet, faciliter ex Vegetij commentarijs unusquisque cognoscere potest.

C

De Iaculatione. *Cap. XIII.*



VAMVIS τῆς πάσις ῥίψεως siue iaculationis omnis nomine apud Platonem quandoq. omnem siue lapidis, siue iaculi, siue alicuius alterius proiectionem nosse ualcamus, nihilominus duas praecipuas illius species effecisse 8. de legi. dialogo uidetur, alteram τοξικὴν, alteram ἀκόντισμα uocans, quarum duarum Apollinem atque Aesculapium praesides extitisse tradit Galenus; nos primam sagittationem, secundam iaculationem cunctos fere Latinos secuti nuncupabimus. sagittationem tribus praecipuis modis fieri solitam inuenio, tum solis amentis, de quibus Silius lib.14. 7. de leg.

hasta iuuatur amento:

tum arcubus, tum balistis, quibus sagittas subtiles, exilesq. infigen-

stes, ac primo tendentes, deinde remittentes illas eiaculabantur: atque hi communi appellatione τοξευταὶ uel τοξόται uocabantur; unde uenenum quoddam τοξικὸν nominari scribit Paullus Ægineta medicus, quod Barbari sagittas ad feriendum letalius illo inficerent: Iaculatio uero non modo sine amento, arcu, balistaue efficiebatur, uerum etiam grandiores sagittas, crassioresq. uirgas, & plerumq. graues palos requirebat; quinimmo sagittarij solis brachijs se se mouebant, ἀκοντίζοντες autem siue iaculatores in iactu brachia contorquebant, extendebantq. & praeterea dorsum necnon femora pedibus immotis flectebant, agitabantq. quemadmodum temporibus nostris, quos pali iaculatores appellant, factitare conspicimus: utriq. tamen in huiuscemodi exercitationibus obeundis non paucis uiribus indigebant, unde non sine ratione Hippocrates, multos ex Scythis prae impotentia humiditatis humerum neq. arcum intendere, neq. telum contorquere potuisse memoriae mandauit. Habebant uero, qui sic exercebantur, terminos, & scopos sibi propositos, quos modo praeterire, modo attingere, uictoriae gratia quisq. conabatur. quod explicauit Horatius hoc uersu.

li. de aere, aquis, & locis.

Saepe disco,

Saepe trans finem iaculo nobilis expedito.

Lib. 1. car. ode. 8.

Ceterum hoc in loco id praeterire nolo, quod balista fuit tormenti quoq. genus, quo secundum Vegetium lapides, & sagittae eiaculabantur; & quod similiter sagittas catapultis, & scorpionibus antiquos eijcere consuesse scripsit Vitruuius, de quibus tractare ad institutum nostrum minime pertinet: quas uero nos sagittationes, & iaculationes tractamus, illae sunt, quas gymnastica facultas tamquam proprias sibi exercitationes complectitur. Quod. n. medicinae gymnastica iaculationes, atq. sagittationes pro sanitatis adminiculis in usu habuerit, (licet apud auctores raro scriptum inueniatur) inde tamen conijcere possumus, quod antiqui, referente Galeno, eosdem medicinae & sagittationis, iaculationisue Deos Apollinem nempe atque Æsculapium effecerunt. At iaculationis utriusq. tam cum arcu quam sine, praecipuum in bellica gymnastica usum apud priscos fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui mulieres, & uiros futuros bellis aptos hisce in primis exercendos curauit, id quod mulieres Scytharum antea facere solitas sciebat, quas Hippocra. & pedibus, & ex equis arcubus uti, & sagittas eiaculari consueuisse, scriptum reliquit; ut sileam Homerum, qui Myrmidonas Achillis milites, dum a bello uacarent, sese iaculando exercere, ne peritiam militarem amitterent, finxit. quam peritiam quantopere

li. de re mili.

li. 10. c. 15.

Gal. in sua ad. bo. ar.

Loco citato.

iacu-

A iaculandi, & sagittandi exercitatio, adiuuet, quantumq. eadem roboris lacertis afferat, clare indicauit Vegetius in. 1. de exercitatione militari lib. Athleticam neq. iaculandi exercitatione caruisse, Hercules illius auctor fidem facere potest, quem sagittādi peritissimum ea facultate centaurum Nessum quamuis remotum, & ceruam aeripidem transfixisse, harpyiasq. uolucres in medio aere confecisse, tradit Seneca, atque cum eo alij. Ad haec etiam diuersae illae, atq. multiplices belluae, quas in publicis spectaculis, ac ludis athletae modo sagittis, modo alijs armis interimebant, clarissimum argumentum praebent, certatores illos athleticos iaculationem quoq. exercuisse, nec modo ignobiles, uerum etiam maxime illustres uiros, atq. etiam imperatores ipsos, inter quos duo adnumerantur Commodus uidelicet Faustinae Pij & prioris Faustinae filiae, & B Marci principis filius; nec non Domitianus, quorum hunc centenas uarij generis feras in Albano secessu sagittis plerumque multis uidentibus confodisse, scribit Tranquillus; illum centum ictibus in arena totidem feras strauisse tam ualidis uiribus, ut multas uno conficeret ictu, tradit Herodianus: qui similiter scribit adeo illi certam manum fuisse, ut, quidquid oculo destinasset, iaculo & sagitta contingeret. Ergo iaculationem & in bellica, & in athletica, & in medicinae gymnastica locum habuisse, compertum est; cuius quidem iaculationes duo potissimum instrumenta fuisse, diximus, arcum, & sagittas, quos alij Scythem Iouis filium, alij Perseu Persei filium inuenisse dicunt. Iam uero sagittarum multas species fecimus, alias subtiles & exsiles, quae arcubus, & balistis eiaculabantur, quasq. plumbatas fuisse existimo: quamplurimorum, & praesertim C Pacuuij in Paullo ita loquentis, Sagittis, plumbo, & saxis grandinat, niuit: nec non Aristotelis auctoritate ductus, qui in. 2. de caelo scripsit, sagittas per aerem latas ipsum ignire, atque ipsum ita ignitum plumbum postmodum quod in eis continetur liquefacere: alias crassiores, iacula a Latinis uocatas, a Graecis ἀκόντια, quarum inuentorem Aetolum Martis filium, credit Plinius: alias adhuc crassiores & grauiores, palos nostri uocant.

lib. 1. Plinius lib. 7. c. 56

Explicit Liber Secundus.

ARTIS·GYMNASTICAE LIBER.TERTIVS

De agendis, & de ratione praesentis tractationis. *Cap. I.*



VLTAS exercitationum species ab antiquis in usu habitas superiori libro, qua potuimus perspicuitate, enarrauimus; multae adhuc restant non minus fortasse scitu dignae, quam illae; quarum maior pars tametsi haudquaquam in gymnasijs praecipue perageretur, neq. item ad saltatoriam pertineret, in quam, & palaestricam uisi sumus superiori libro uniuersam gymnasticam distribuere, cũcta tamen tractari oportere duximus, quia illa etiam si non proprie, saltem communiter exercitationes uocari merentur, & propterea nullo pacto a gymnastica excludi debent. Amplius eadem ad bonum habitum corporis, atque ad ualetudinem conferre omnes medici fatentur: unde, cum studium nostrum in hoc praecipue uersetur, ut eas omnes corporis exercitationes tradamus, quae & ualetudinem iuuare, & optimum corpori habitum parere iudicatae sunt, de hisq. singulis gymnasticam considerare statuerimus, uel unum aliquod intractatum relinquere praeter ordinem, & praeter institutum nostrum foret. Neq. uero nobis illud uitio obijci debet, quod de medicinae gymnastica sola sermonem habere in animo habentes, multa de athletica, plurima de bellica immiscuerimus, atque adhuc in sequentibus idem facturi simus: propterea quod primum atque praecipuum consilium nobis fuit de medicinae gymnastica uerba facere. at postea tribus de caussis reliqua adiunximus, tum ut aliarum duarum condicionibus breuiter cognitis tota tertiae illius natura magis perspecta foret, tum ut, quae confuse de singulis simul, uel indistincte saltem ab auctoribus tã Graecis, quam Latinis tradita fuerunt, ex distinctionibus nostris perfecte discerni possent, neque ulla lectoribus errandi occasio relinqueretur, tum quia eaedem exercitationes ab athletis, a militiae studiosis, & denique a sanitatis professoribus usitatae reperiuntur. quod si de medicinae dumtaxat gymnastica sermonem habuissemus, necessario paene secuturum erat, ut uel hanc unam exstitisse crederent lectores, uel saltem alias ab hac una & normas, & originem suscepisse. quod quantos in auctoribus legendis errores peperisset,

A risset, nemo uel mediocriter in bonis artibus uersatus uidere non potest, praeterquã quod si quae de gymnastica medica scripsimus, quaeq. uberius in sequentibus dicturi sumus, ijs, quae de ceteris duabus a nobis dicta fuerunt, alicui comparare placuerit, cognoscet profecto illa minimam partem obtinuisse, & proinde numquã iure infitiabitur, quin manifeste appareat nos de gymnastica arte medicinae subiecta, & non de ulla alia tractare uoluisse: haec est enim illa, quae tametsi corporis uni curae operam nauare uideatur, ita tamen & illius, & animae simul exercitationis, quod in Timaeo admonebat Plato, curam gerit, ut non sinat ita corpus prae robore, atque crassitie insolenter ferocire, quin animi motionibus secundum rationem sese domandum, castigandum, atque dirigendum subijciat: id quod athleticam non effecisse, & iccirco ab
B omnibus recte institutis rebus publicis summopere damnatam atque ignominiose explosam fuisse, Galenus saepius praedicauit. ut etiam hac ratione merito excusari debeamus, si plura quam par aliquis iudicasset, de ea locuti sumus, quod ob id facere potuimus, ut eius natura ex ungue (ut aiunt) aestimata, & exercitationum, & in uiuendo, ac conuersando athleticorum morum prauitatem cognoscere, cognitam detestari, atque euitare liceret.

De ambulatione. *Cap. II.*

QVANTVM commodi humanae huic uitae deambulatio praestet, satis aperte sapientissima natura demonstrauit, quae mirifico quodam artificio, singulariq., & pro-
C pe diuina prouidentia nobis pedes non ob aliud fabricauit, nisi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas nati sumus, perficere ualeremus. quod cum Praedo ille circa Coracesium Pamphiliae animaduertisset, ne homines, qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua uitae munia plene, honesteq. obire ualerent, pedes illis, sicut refert Galenus, memorabili 3. de usu quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo quã partium. ueluti necessariam, atque in primis commodam siue natura, siue Deus nobis tribuerunt, quanto studio custodienda, atque adiuuanda sit, nullus non uidet; eo praesertim, quod si ullae exercitationes corporis inueniuntur, quae ualetudinem conseruare, imbecillitatem a morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum comparare ualeant, quaeq. apud omnes homines, omnesq. nationes in frequentiori usu sint, una profecto existit deambulatio, quam non

modo medici praecipuam eorum gymnasticae partem effecerunt, D uerum etiam antiqui omnes usque adeo aestimarunt, ut inter cetera priuatis exercitationibus destinata, & in gymnasijs & extra loca, nullius maiorem curam gessisse, nulliq. magis studuisse uideantur, quam ut accommodata omni tempore deambulantibus loca exaedificarent. Nam (ut ceteros auctores fide dignissimos omittam) Vi-
li. 5 9 truuius quantopere in deambulacris fabricandis inuigilandum censuerit, unusquisq. ex eius scriptis facile comprehendet: ego certe ante & post Vitruuij tempora innumera in urbibus deambulationibus loca magnifice extructa scio. quae omnia apud me tribus generibus complectuntur, quia uel porticus erant, uel subdiales loci, uel subterranei. Porticus enim quandoq. theatris, quandoque templis, & illustrium uirorum domibus adiungebatur. ante bal- E
5. de tu. ua. cap. II. nea similiter fuisse porticus ambulationi dicatas, scribit Galenus; quandoq. solae & separatae exstruebantur, quales plurimae Romae olim fuerunt, quarum uestigia nunc admirationem spectatoribus pariunt, & qualis fuit Pompeiana, de qua & Ouid.

Tu modo Pompeia lentus spatiare sub umbra.

& Propertius libro. 2.

Scilicet umbrosis sordet Pompeia columnis,
Porticus aulaeis nobilis Attalicis & lib. 4.
Tuneq. Pompeia spatiabere cultus in umbra,
Nec cum lasciuum sternet arena forum. & Martial. li. 11.
Cur nec Pompeia lentus spatiatur in umbra.

Ex quibus trium poetarum uerbis clare patet, Pompeianam porticum ad deambulationes exaedificatam fuisse, quemadmodum & F quamplures alias in id constructas esse, apud Ciceronem tertio de oratore libro disputatur. Quod porro subdiales quoq. locos ad deambulatium tam commoditatem, quam iucunditatem maiores nostri exstruerent, atque illos modo arboribus consererent, modo nudos relinquerent, praeter Vitruuium qui eos in gymnasijs, & extra gymnasia quomodo fieri deberent, copiosissime edocuit, argumēto quoq. sunt xysta illa a nobis superius declarata, & praecipue deambulatorium illud Atheniensium in Academia, quod pulcherrimis platanis consitum ad id fuisse scribit Plinius, & ad cuius imita-
l. 12. c. 2. tionem Alexandrum Seuerum nemora in publicis thermis, atque in suis aluisse existimo. Subterraneos uero locos quosdam ambulationibus destinatos fuisse, quos ob id hypogaeos Hegesippus, & Petronius uocarint, haud uero dissimile uidetur: quoniam temporibus, quibus mirum in modum luxus creuerat, fieri potest, ut una

A cum innumeris alijs blandimentis excogitati sint ad uitandas aestiui caloris molestias. nisi eos potius credamus fuisse crypto porticus undiq. parietibus tectas, iccirco in eam formam fabricatas, ne ambulantes a uentis,& a reliquis aeris iniurijs laederentur, qualis hodie Romae in uiridario Vaticano uisitur, & quales fuisse illos uerisimile est, quos se inter ruinas uillarum Luculli tam in agro Tusculano, quam in monte Pausilippo uidisse, testatus est nobis Ligorius: quosue Plinius secundus in uillae suae Laurentini, & Tuscorum descriptionibus pluribus uerbis depinxit. De his Varro apud Nonium, Non uides in magnis peristylis, qui cryptas domi non habent, sabulum iacere a pariete, aut Euripis ubi ambulare possint. Qui enim ambulationibus sese exercebant, omnes fere sanitatis gratia illud agebant, ut necessario cogerentur secundum B temporum mutationes uarios locos habere, quibus citra ualetudinis offensionem ambulationes perficerent. Sostratum Gnidium architectum celebratissimum ambulationem etiam pensilem primũ omnium Gnidi fecisse, refert Plinius lib. XXXVI. cap. XII. Nam athletas ambulationibus numquam uti solitos ex eo credere debemus, quod neque in ludis, neque in amphitheatris, neque in sacris certaminibus, quibus omnibus inseruiebant, umquam eos ambulando contendisse legitur. Quod si locus in gymnasijs athletarum exercitationibus,& locus ambulationibus destinatus quem Xenophon, & Vitruuius Xystum uocatum scribunt, uicini erant, non ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri solitos, sed alios in Xystis ambulare, athletas seorsum exerceri consueuisse: nisi dicamus athletas quoque post uehementes exercitationes ambu- C lasse, atque illam ambulationem apud medicos ἀποθεραπείαν uocatam esse,& non proprie exercitationem: quid autem apotherapia foret, inferius declarabimus. Militari similiter peritiae studentes ambulationem parum curasse credendum esset, postquam nec Plato ullam eius mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere ad iumentum effatu dignum praestare uidetur, nisi Vegetius edocuisset ualde militibus futuris ex usu esse, ut assiduo exercitio ambulare celeriter,& aequaliter discant, atque ob id ueterem consuetudinem permansisse, nec non D. Augusti, atque Hadriani constitutionibus praecautum fuisse, ut in mense tam pedites, quam equites educerentur ambulatum, & non solum in campis, sed etiam in cliuosis, & arduis locis descendere, atq. adscendere cogerentur, quo nulla res uel casus pugnantibus accidere posset, quam non ante boni milites assidua exercitatione didicissent. Habuit uero haec exerci-

li. Epist. 2. & 5.

In Oecon.

Lib. 1 de re mil. cap 9. & penult.

tatio multas species tum a natura illius, tum a loco, tum a fine de- D
sumptas; a natura quidem, quoniam, cum ambulationem definie-
5. de usu partium. rit Galenus ex crurum motu, ac quiete constare, motus ille, & per-
consequens ambulatio, aut erat magna, uel parua; aut uelox, uel
tarda; aut uehemens, uel remissa: a loco autem uariabantur pariter
ambulationum species, quandoquidem modo in urbe fiebant, &
in gymnasijs, modo extra urbem, quemadmodum Phaedrus, &
In Oecon. Prodicus apud Platonem faciebant, nec non Iscomachus apud Xe-
nophontem, qui dum in agrum pedibus seruum suum equum du-
centem sequeretur, meliori se exercitatione uti dicebat, quam si in
xysto ambulasset; modo in locis planis, modo asperis, modo are-
Coeli. Au. li. Chron. 2. cap. 5. lib. de causis procat. nosis, quos pro paralyticis Asclepiades, Erasistratus, ac Themison
male comendabant, modo aequalibus, modo inaequalibus, mo-
do longis, modo breuibus. de quibus omnibus copiosissime disse- E
ruit Arist. in 5. probl. parti. A fine demum accipiebantur deambu-
lationes, nempe quando uel ut auxilia sanitatis, ac boni habitus ad-
hibebantur, uel ad corporis recreationem peragebantur. postquã
enim grauiores exercitationes confecerant, ne statim ad quietẽ tã-
quam a contrario ad contrarium transitus fieret, ambulationes pau-
cas & remissiores adhibebant, sicut & post medicamenta, ac uomi-
tiones, atque uniuersum hoc exercitationis genus ἀποθεραπευτι-
κὸν appellabant: quamquam etiam gymnastae in medijs laboribus,
potissimumq. in ijs, qui graues uocatas exercitationes obijssent, a-
potherapia interdum utebãtur, quod Galenus summopere laudan-
3. de tu. ua. cap. 2. dum iudicauit. Apud Varronem quoque, ut meminit Nonius, ha-
betur, aliquos ad exercitandam sitim ambulatione usos esse. nam
in lege Maenia ita scriptum erat: Exercebam ambulando, ut siti ca- F
pacior ad cenam ueniret guttur.

An Erectum stare sit exercitatio. Cap. III.

VI rerum ipsarum naturas leuiter perscrutati sunt, nihil ambulationi ipsi, motuiq. dissimilius esse, quam pedibus erectum stare iudicarunt. At quoniam profundius quaerentes in hanc sententiam eunt, erectos. s. pedibus stantes si non ambulant, saltem aliquo pacto moueri, proptereaq. statum huiuscemodi ab exercitationum censu excludi minime debere: ideo etiam de hoc sermonem facere decreui, eo praesertim quod multi falsis rationibus ducti hanc opinionem ita animis imbiberunt, ut pertinaciter credant, stantes pedibus nullo

modo

A modo sese exercere, sententiam suam hunc in modum probantes, uidelicet quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercitationem motum exsistere, cui motui statum plane contrariari praeter ceteros Plato ubique praedicat, dum inter prima rerum principia statum & motũ ueluti duo contraria collocat, quos tamen apertissime alucinari facile conuincitur; quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti stant, licet moueri sensibiliter nullo modo uideantur, attamen ratio ipsa, quod aliquo pacto moueantur, certissime persuadet. Nam & multorum ueterum sententia fuit, non quae moueri uideantur, ea moueri sola, sed multa immobilia apparere unum eundem locum obtinentia, quae nihilominus moueri efficacissimis rationibus, ac ferme sensu ipso demonstrantur. Aues etenim non tam quando modo sursum, modo deorsum uolitant, B in motu esse censentur, quam dum in aere locum unum fere immobiliter occupant. id quod sic probatur; quia si auis quae stare in aere immobiliter uidebatur, in eo ipso instanti moriatur, protinus in terram decidit (ut de apode illa aue manucondiata, quam nisi mortuam in terris uideri, & uiuam semper in aere manere ferunt) non ob aliam profecto caussam, nisi quoniam corpus illud in sublimi motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio consistebat, quo motu postea priuatum corpus, atq. naturae suae dimissum ad centrum declinat, sicuti dum contra naturae suae inclinationem sursum sustinetur, haudquaquam cadit, neque item perfecte quiescit, sed quasi duobus motibus contrarijs agitatur, altero corporis deorsum a natura acti, altero animae sursum contra naturam corpus mouentis. Idem ferme euenit in hominibus erectis stantibus, C quorum corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contra sursum illa sustinere obnitente motus quidam sensui immanifestus suboritur. cuius indicium illud habetur, quod si anima a corpore erecto stante exeat, illico ipsum in terram delabitur, quia motus ille deficit, cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatum, sursum eleuatum continebat: ut his rationibus omnino cuiuis persuasum esse debeat, eos, qui pedibus erecti stant, ob cõtinuos, & contrarios animae corporisq. obnixus aliquo pacto moueri, atque ipsorum musculos omnes corpus gestantes, & a terra attollentes, erigentesq. uehementer intendi: cuius intensionis atque etiam ipsius occulti motus merito postea efficitur, ut stare maiorem laborem, ac lassitudinem molestiorem pariat, quam ambulare, sicuti praeclarissime a Galeno scriptis mandatum est. Neque Plato ubi inter principia rerum statum perinde ac motui contrarium

In Soph.

lib. de tre. & rig.

rium collocauit, uera prorsus locutus est, cum Aristoteles.5. Physi D
corum libro longa oratione non statum motui, sed motum motui contrariari demonstrauerit; nisi potius aliquis dicat, Platonem aliud genus motus ac status mystice (ut solet) intellexisse, cum ex ipsis naturas quoque diuinas constare asserat. Si igitur tot rationibus satis comprobatur, erectos stantes aliquo pacto moueri, atque interdũ non modice laborare, consentaneum uidetur, ut nõ ob id status ab exercitationũ ordine remouẽdus sit, quod exercitatio definiatur esse motus, & ipse minime motus appellationẽ mereatur, quinimmo sicuti quãplures motus, qui sanitati, & bono habitui cõferre iudicantur, etsi uere ac proprie exercitationes non sint, cõmuniter tamen esse a nobis supra abunde ostensum fuit: similiter & stare erectum communi notione exercitationem esse censemus. Vnde sapientissimus Hippocrates, qui ulcera curanda quiete indigere E
alias praedicauit, stare, & sedere ipsis inimica esse scripsit: quasi innuere uoluerit, dum corpus sursum uel sedendo, uel stando detinetur, musculos magnopere contendi, atque etiam motum quendam inter animam & corporis naturam generari, qui ulcera ipsa in cicatricem coalescere minime permittat. atque hoc esse puto, quod a Coelio in Epilepsiae curatione stans exercitium uocatur. Num uero antiqui gymnastae inter alias corporũ exercitationes huiuscemodi statũ receperint, nil certi affirmare audeo. Athletae enim cum nullum fere usum in stando haberent, nisi quando Milonis imitatores erecti stantes sese ceteris a loco dimouendos ostentandi roboris gratia praebebant, uel statu non per se, sed ob alium utebantur: ideo haudquaquam seipsos in hoc genere exercuisse mihi uerisimile redditur. Quod quaeso certamen in stando solum effe- F
ctum cerni poterat, quod aut spectatoribus delectationem afferret, aut sacrificijs, uel alio modo amphitheatris, aut stadijs inseruiret, ut horum gratia athletas sese exercere, uel certare stantes solitos dicamus? stabant tamen qui athletas certantes spectabant, sed non ob aliud nisi ut amphitheatra illa lignea maiorem hominum multitudinem capere ualerent, quandoquidem antiquitus subsellia quisq. sibi ferebat, quibus ad commode, & citra molestiam spectandum, necnon aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, utebantur, isque usus primum M. Messalla & Cassio Cos. creuit, mox P. Scipione Nasica censore S. C. cautum, ne cui in urbe propius ue mille passuum subsellia posuisse, sedentiue ludos spectare licitum esset. Quod porro traditum est antiquis Romanis lege cautum fuisse, ut adorantes starent erecti, stantesq. Ioui sacrificarent, quemadmo

A dum Valerius Martialis de quodam scribit,

Multis dum precibus Iouem salutat,
Stans summos resupinus usque in ungues,
Aethon,

Minime ad athletas in sacris certaminibus, uel in celebrandis sacrificijs ludere solitos pertinuisse arbitror, quin potius altiori & aequiore caussa illud factitatum pro certo teneo, ne scilicet sedentes, siue iacentes in adorando, somno (quod intente speculantibus saepenumero contingere consueuit) caperentur, sed attente simul, ac uigilanter diutius in adorationibus perseuerarent: nisi dicamus, illud pariter ueteres effecisse ad praestandam Dijs ipsis reuerentiam maiorem. Nam multa huiuscemodi pro maioribus reuerentiae signis apud maiores nostros habebantur, quae hodierna die secus re-
B putatur, ueluti cooperto capite sacrificari pro maxima reuerentiae significatione habebatur, ut in Romanis probl scriptum reliquit Plutarchus, & ut Curculio ille apud Plautū insinuat dicens. Quis „ hic est qui operto capite Æsculapiū salutat? cum detecto capite sem „ per ambularet. Haud secus itaque & erectum adorare pro maxima honoris demōstratione reputabant, sicuti nos genuflexum: quamquam & Pythagoras, uel secundum Plutarchum Numa adorationes fieri sedendo uoluit, quo sic uota rata, firmaq. esse debere significaretur. Vnde quod erecti sacrificarent, nequaquam athletas in sacrificijs statu uti consueuisse, argumentum est. Bellicae similiter disciplinae amatores parum utilitatis in stando consequi potuisse, ut in eo genere exerceri potuerint, mihi ualde rationi consentaneum uidetur: si quidem sola excepta tolerantia militibus profecto
C necessaria, quam alteram militarem uirtutem aut efficere, aut adiuuare queat erecta statio, nusquā uideo, praeterquam quod neque Plato, neque Xenophon, neque Aristoteles, neque Vegetius futuros bellatores stando sese exercere praeceperunt: tametsi Flauium Vespasianum patrem dicere solitum acceperimus imperatorem stantem mori oportere. Verum enim uero medicorum gymnastas tam sanos, quam ualetudinarios aliquos interdum stando exercuisse, numquam negarem; quoniam plurimos usus tam ad conseruandam sanitatem, quam ad praestandum cruribus robur habere conspicio: dum enim musculi omnes contenduntur, & corpori animа obnitens laborat, utrique ualidiores efficiuntur, interim quoque humores, & excrementa promptius ad inferiores ductus feruntur, cibiq. in uentriculi fundo, ubi perfecta concoctio absoluitur, honestius accommodantur. ex quo conijcio, hoc unum exercita-
tionis

tionis genus post sumptos cibos in usu esse potuisse, quando non D
minus ad accómodandum in stomacho nutrimentum quam ad ex-
citandum natiuum calorem, somnumq. prohibendum ualet, sicuti
uulgaris illa, & non penitus absurda opinio, quod a prandio stan-
dum a cena ambulandum sit, comprobare uidetur. Illud uero
hoc in loco praeterire nolo, differre, quisne erectus sub sole stet, (
ὑλιθ ρεῖσαι uocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam
aliam alterationem patiuntur ea, quam ratione status oriri demon-
strauimus; at illi qui sub sole perstant praeter iam dictam alteratio
5. Partic. Prob. 34. nem, non parum a calore solis mutantur: nimirum cum Aristote-
les scripserit, ipsos etiam uehementius incalescere, quam illi qui
mouentur, quod ipsi ea aeris perfrigeratione careant, quam istos
opera motus obtinere omnes quotidie experiuntur ne taceam me-
dicos, a quibus febres ex huiuscemodi sub sole statu generari cre- E
Epist. lib. 3. & 5. ditur. ex quo minime satis mirari soleo, quomodo Plinius Caeci-
lius memoriae mandarit, auunculum suum Plinium alioqui in ui-
uendo solertissimum post cibum saepe, quem interdiu leuem, &
facilem ueterum more sumebat, aestate, si quid otij, in sole iacere
(quod ego stare interpretor) consueuisse; atque etiam paullo ante-
quam ex Vesuuij concrematione interiret, sole usum frigidam bi-
bisse. Non est praeterea ignorandum, erectum stare, perinde atque
ceteras exercitationes, ante cibum quoque prodesse, sententiamq.
nostram, qua post cibos ueteres stare consuesse iudicauimus, ita in-
terpretandam esse, ut sola haec exercitatio frequentius post men-
sas usurpata fuerit, non quod in usu quoque ante cibum non exsti-
terit, cum quisque apprime cognoscere ualeat, eos, qui ceteris exer
citationibus obeundis haudquaquam apti sunt, siue sani, siue ua- F
letudinarij, posse aliorum loco si non aeque bene, saltem paullo mi
nus pro sanitatis conseruatione in stando sese exercere; atque
pro ambulatione leui diuturniore statu ante cibos uti, modo reli-
quae, quas inferius demonstrabimus, condiciones obseruantur.

De pugnarum generibus. *Cap. IV.*



QVAMVIS Pugnae nomen apud Latinos atque Graecos scriptores multa significare comperiatur, ea tamen, de qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, nisi exercitatio quaedam, in qua duo ut plurimum inter se dimicabant, uel ut ad bellicas pugnas ineundas, & fortitudinem & peritiam compararent, uel ut in ludis, amphitheatris, atq. alijs publi

A cis certaminibus spectaculisq. coronas uictoriae consequerentur, populumq. oblectarent; uel ut optimum corporis habitum, atque sanitatem ipsam acquirerent, tuerenturq. Quomodo uero efficeretur, quoniam satis quisq. ex se conijcere ualet, in hoc explicando haudquaquam immorabor: illud solum praetermittere nolo, apud Oribasium duplicem pugnam in medicinae gymnastica exstitisse: alteram cum telis semper, alteram plerumque sine telis, quam σκιαμαχίαν Graeci, umbratilem pugnam uocarunt nostri. telorũ pugna efficiebatur, quando singuli inter se armis rudibus, uel incindentibus, & pungentibus certabant, unde μονομαχίας nomen
antiquitus utraq. sortita fuit, & a Coelio Aureliano hoplomachia 5. chro. pa. cap. ulti.
hoc est armorum ficta confrixio uocata, nec non ad diminuendam πολυσαρκίαν laudata fuit. At sciamachiam fuisse, quando homo ad
B uersus umbram & brachijs & cruribus pugnabat, praeter Platonẽ, qui & in Apologia, & alibi σκιαμαχεῖν de pugnantibus sine aduersario dixit, auctor est Oribasius, qui ex Antylli sententia tradit, ita certantes consuesse non solum cum umbra manibus, atque cruribus pugnare, uerum etiam aduersus columnam, & aduersus palum, de quo fecit mentionem Iuuenalis, aut murum, nec non ali- Sat. 6.
quando summis pedibus pugiles imitari, & interdum tamquam salientes, interdum tamquam pedibus cedentes, id quod tunc potissimum ueteres facere consueuisse opinor, quando antimachus siue aduersarius deerat, siue quando ita exercendus adeo delicatus erat, ut non posset minimum quid damni pati, quod accidere solet illis, qui armis quibusuis aduersum alterum contendere solent. Primum enim illud innuisse uidetur Plato, ubi dixit: καὶ ἔτι πάντων, 7. de leg.
C τῶν τε ἐμψύχων, καὶ τῶν ἀψύχων ἀπορήσαντες ποτε, ἐρημίᾳ συγγυμναστῶν, ἆρά γε οὐκ ἐτολμήσαμεν αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτοὺς ὄντως σκιαμαχεῖν: hoc est, Si omnibus animatis & inanimis careamus, nũquid nos ob eorum, qui nobiscum exerceantur, inopiam, aduersus nosmetipsos uere umbratili pugna certare audebimus. & post ipsum
Plutarchus in. 7. Prob. conuiuialium: ἀλλ᾽ ὁρῶ, εἶπεν, ὑμᾶς οἵους τε Prob. 10.
ὄντας ἤδη σκιαμαχεῖν πρὸς τὰ εἴδωλα: idest, Sed uideo, ait, uos iam umbratili pugna aduersus idola certare paratos. Neque uero admirari quis debet, quod antiquos cum umbris pugnasse (quasi id ridiculum sit) affirmarim; quoniam etiam hisce temporibus non pauci reperiuntur, qui ex seipsis, ut exerceantur, aduersus aerem pugnis, brachijs, armisq. certant, uel quando aduersarius abest, uel quando a nemine uideri amant. De hac Paullus Apostolus loquẽs dixit: οὕτω πυκτεύω, ὡς οὐκ ἀέρα δέρων, idest, Ita pugnis certo, quasi

aerem non caedens. Iam uero non minus telis, quam pugnis, & brachijs nudis huiuscemodi exercitationem usurpatam esse rationi est consentaneum. Hae itaque fuerunt duae pugnae species, quas maiores nostri exercitationum loco in usu habuisse reperitur: ita ut nulla gymnastica exstaret, quae inter alias exercitationes hanc non receperit. quod enim athletica uetustissimis usque temporibus pugnandi armis incidentibus exercitatione uteretur, locupletissimũ testem Plutarchum habemus, qui in 5. Sympos. scriptum reliquit, antiquitus monomachiam scilicet, aut singulare certamen in Pisa Ciuitate, & in Elide Peloponnesi regione iuxta Alphaeum fluuiũ, circa quam quincto quolibet anno, hoc est, ut Pindari interpres testatur, alternis olympiadibus, siue mensibus quadraginta octo, aut quinquaginta certamina olympica Ioui sacra celebrabantur, usq. ad mortem deuictorum cadentiumq. iugulationem procedere consueuisse. Praeterea narrat Galenus, sacerdotes in Pergamo priscum morẽ retinuisse, ut aestatis tempore monomachias uocatas exercerent. quas ne quis credat soli Graecorũ nationi proprias exstitisse, adeundus est Athenaeus, qui in quarto dipnosophiston auctoritate Nicolai Damasceni Philosophi peripatetici refert, Romanos monomachorum spectacula non modo in festis, atque amphitheatris, uerum etiam in conuiuijs a Tyrrhenis consuetudinem mutuatos adhibusse; quamuis Romani non monomachos, sed gladiatores hos omnes nuncupare maluerint, quos Iulij Caesaris aetate in foro nouissime pugnasse, quosq. pugnantes Smaragdo Neronem spectasse scribit Plinius. Hi quoniam artem plurimis absurdis plenam exercebant, ut a ceteris pugnantium exercitationibus integre dignosci posśint, nonnulla de ipsis breuiter exponã. Nam illud primum detestandum plane habebant, quod certantes quam grauius poterant, sese ferire studebant, & non solum (quod scripsit Scribonius Largus, qui Tiberij Caesaris & Messallinae aetate medicinam Romae exercuit) contusiones in luctationibus patiebantur, sed etiam non raro usq. ad alterius, uel etiam amborum pugnantium interitum certamen protendebatur: quemadmodum, praeter Athenaeum, atq. Plutarchum, Galenus quoque testatur, qui se gladiatores grauiter uulneratos curasse, & ob id a suae ciuitatis pontifice in eorum medicum cooptatum fuisse scribit. Quin auctor est Gellius, gladiatori composito ad pugnandum pugnae hãc propositam sortem fuisse, aut occidere si occupauisset, aut occumbere, si cessasset. ut id uerum putare debeamus, quod M. Tullius. 2. Tusculanarum quaestionum memoriae mandauit, athletas etiã uulne-

[Margin notes: 2. Prob. — lib. 15. ca. 18. & li. 37 cap. 5. — 3 de comp. me. p gen. — lib. 7. c 3.]

A uulneribus confectos ad dominos mittere solitos, qui quaererent, quid uellent, si satisfactum ijs esset, se uelle decumbere. nam usque adeo mortem, ac uulnera intrepide obibant, ut nec ingemiscerent, nec uultum mutarent. Secunda turpitudinis species, qua mo nomachiae huius professio notabatur, fuit ciborum genus: siquidem Plinius memoriae prodidit gladiatores hordearios uocatos, quia antiquitus hordeo uictitabant, sicut post Plinium Galenus eosdem & faba, & ptisana uesci solitos scriptum prodidit. Tertium gladiatorum abominandum institutum erat, in ipso certamine sanguine ex uulnere aduersarij bibere, tamquam ijs ad confirmandum animum & uires efficaciter conferret, nec non post pugnam cinerem pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaque de his, praeclare admodum sic a Cypriano declamatum est. Paratur gladia B torius ludus, ut libidinem crudelium luminum sanguis oblectet. Impletur in succum cibis fortioribus corpus, & a ruinae toris mem brorum moles robusta pinguescit, ut saginatus in poenam carius pereat. Homo occiditur in hominis uoluptatem; & ut quis possit occidere peritia est, usus est, ars est, scelus non tantum geritur, sed docetur: quid potest inhumanius, quid acerbius dici? disciplina est, ut perimere quis possit, & gloria est, quod peremit. Quid illud, oro te, quale est, ubi se feris obijciunt, quos nemo damnauit; aetate integra, honesta satis forma, ueste pretiosa uiuentes in ultroneum funus ornantur, malis suis miseri gloriantur, pugnant ad bestias non crimine, sed furore: spectant filios suos patres. Frater in cauea, & soror praesto est, & spectaculi licet pretium largior muneris apparatus amplificet, ut maeroribus suis mater intersit: hoc, C proh dolor, mater & redimit, & in tam impijs spectaculis, tamq. diris esse se non putant oculis parricidas. Hactenus uir ille Christianus, cuius orationem hic exscribere placuit, quod ad gladiatoriae exercitationis prauitatem ostendendam, nil luculentius haberi possit. Qua tamen prauitate illud mihi ualde turpius existimare in mentem uenit, quod & Reipub. libertatis, & Imperatorum temporibus rari fuerint siue nobiles, siue ignobiles, siue consulares, siue imperatores, qui spectacula adeo inhumana, ac omni flagitio, & saeuitia plena libenter, atque maxima cum uoluptate non intuerentur. Numquid autem cuiusuis generis homines, an ignobilissimi dumtaxat gladiatoriam exercerent, anceps ualde sum. quod enim Lentulus Capuae, ut ferunt, gladiatores aleret, quod C. Terentius Lucanus, auctore Plinio, gladiatorum quadraginta paria in foro per triduum auo suo, a quo adoptatus fuerat, dederit, quod

uenales

lib. 17. c. 7.
Primo de alim. fac.
lib. 28. c. 1. & li. 36. c. ulti.
li. 2. epist.
lib. 35. c. 7.

uenales essent, & tria illa nefanda a nobis praedicta profiterentur, mihi certe persuadent ex omnium hominum ignobilissimo simul ac impurissimo genere ueluti seruis exstitisse. Ex altera parte 3. de frac. cum Galenus referat, sacerdotes monomachiam exercere solitos, lib. hist. 1. cum Athenaeus scribat illustres uiros, atq. Duces monomachiam exercuisse, cum Herodianus, atque Iulius Capitolinus Commodum Imperatorem gladiatorem eximium fuisse, & in publicis theatris, spreta Imperatoria dignitate, gladiatoris partes adimplesse scribant. cum tradant alij Imperatores ad bellum profecturos munus gladiatorium, ac uenationes edere consueuisse, ut ciuium sanguine sic effuso pugnae quadam imagine Nemesis se, idest Fortu- Spartian⁹ i Pupieno, & Albino. nae uis quaedam expleret, uel ut insuescerent milites uulnera, atque caedes inspectare. qua item ratione Solon apud Lucianum narrat legem Atheniensibus fuisse, ut iuuenes cothurnicibus siue qua- In Anach. leis, ac gallis pugnantibus spectandis studium impenderent, quo illi uolucres usque ad extremam uirium defectionem rostris certantes, intuentes, ad fortiter subeunda pericula, & contemnenda uulnera, ne auibus ingenerosiores apparerent, inflammarentur, cuius studij mentionem quoque fecit Æschines contra Timarchum, & Columella libri octaui cap. 2. Cum inquam haec omnia mente contemplor, quasi credere cogor, tum nobiles aliquando, tum ignobiles ut plurimum athleticam hanc atque gladiatoriam pugnandi speciem exercuisse: quando etiam apud Athenaeum reperio, nonnullos testamento cauisse, uti pulcherrimae etiam puellae monomachorum instar decertarent, aut qui in delicijs fuissent impuberes. Atque ex his clare patet, armorum acutorum pugnam inter athletarum exercitationes adnumerandam esse. quos sciamachiam quoque interdum, siue umbratilem pugnam exercuisse, inde satis conijcere possemus, quod Glaucus Carystius athle- 5. Eliacor. ta strenuus non minus ob pugilatoriam, quam in umbra pugnandi excellentiam celebratus sit, eique statua habitu, formaque in umbra pugnantis erecta, ut Pausanias narrat, tradatur: nisi certius comprobarent illud haec Dionysij in libro de diuinis nomi- cap. περὶ δυνάμεως. nibus uerba: ὅπερ ὁ σοφὸς οὐκ ἐννοήσας μιμεῖται τοὺς τῶν ἀθλητῶν ἀπειρονίκας, οἳ πολλάκις ἀσθενεῖς δ' εἶναι τοὺς ἀνταγωνιστὰς ὑποθέμενοι, κατὰ τὸ δοκοῦν ἑαυτοῖς καὶ πρὸς ἀπόντας, αὐτοὺς ἀνδρείως σκιαμαχοῦντες, οἴονται τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κεκρατηκέναι: idest, Quod sapiens minime intelligens inexpertos uincendi athletas imitatur, qui saepe antagonistas imbecillos esse supponentes, prout ipsis uidetur, necnon aduersus eos absentes fortiter umbratili pugna

certan-

A certantes, aduersarios ipsos uicisse putant. Habuit & Athletarum gymnastica pugnae aduersus palum exercitationem: cum Vegetius scribat, palorum usum non tantum militibus, sed etiam gladiatoribus plurimum profuisse, nec umquam aut arenam, aut campum uictores ullos declarasse, nisi qui diligenter ad palum fuissent exercitati. Ad haec bellicam gymnasticam, pugnarum armatarum utrarumque exercitationibus minime caruisse, abunde demonstratum est & a Platone, & ab Aristotele, qui in libris Politicorum semina quaedam huiusce exercitationis monstrauit, ac fortasse in illis perfecit, quos ab eo scriptos a nobis desiderari omnes docti sciunt. quamuis credibile est, dum ad perdiscendum exercerentur, rudia tela plerumque in usum uenisse. quod enim huiuscemodi concertationes maximam ad belli peri-B tiam utilitem praestarent, nemo qui hisce temporibus eorum professores spectauerit, negaret, quando similiter Plato tanti eas facit, ut ceteris exercitationum generibus pro offensione simul & defensione praeposuerit, in ipsisque mulieres & uiros elaborare uoluerit. Hanc rudibus armis factam militarem monomachiam illam fuisse, quam Hermippus Mantinaeos inuenisse, & Cyreneos aemulatos esse scribit, ego ferme credo: sicuti similiter existimo, quam scrimiam uulgus dicit, eam ipsam, & non umbratilem pugnam ut Budaeus in Com. ad Pandectas, Gulielmus Choulus, & alij nonnulli falso autumarunt, esse, de qua locutus Plato mea sententia uidetur, quando in Lachete scripsit, iuuenibus cōducere, ut armis pugnare discant, quoniam sic habitus corporis robustus acquiritur, nec ulla exercitatione inferior haec est, aut minus C laboriosa. In hac haudquaquam certatores, quemadmodum gladiatores se usque ad necem feriebant, sed rudibus telis quasi sese petere inuicem simulantes, quandoque etiam re uera ferientes, & plagarum inflictiones, & auersiones ediscebant. Aliquando tamen cum umbra armis etiam pugnabant: quod Celtas post cenam factitasse, Posidonius auctor est. Iam uero omnium frequentissime pugnam aduersus palum exercebant, qui militarem disciplinam comparare optabant. quam exercitationem ita factitatam scribit Vegetius, quod a singulis tyronibus singuli pali defigebantur in terram, ita ut micare non possent, & sex pedibus eminerent: contra illum palum ueluti contra aduersarium scuto, & claua tamquam gladio se quisque exercebat, nunc quasi caput aut faciem peteret, nunc a lateribus minaretur, interdum contenderet poplites & crura ferire, recederet, insultaret, insili-

lib. 1. de re milit.

7. de legib.

Athenæus lib. 4.

lib. 1. de re mili. c. 11.

ret, & quasi praesentem aduersarium, sic palum omni impetu, D omni bellandi arte tentaret. Quomodo autem medicinae gymnastica hoc exercitationis genus receperit, facile cognoscet ille, qui Antylli orationem apud Oribasium pensitauerit. Is quidem ueteres Graecos haud quaquam armorum pugnam pro ualetudinarijs in usu habuisse, sed dumtaxat ad efficiendos in bellum paratiores milites, scribit, additque Romanos primos eam, quae pro sanitate exerceretur, inuenisse, quos idoneis quibusuis locis, rudibusq. telis primo eam exercuisse, & deinde in gymnasia inuexisse uerisimile sit, cum Galenus inter alia gymnastae munera etiam armorum exercitationem tamquam bono corporis habitui conducentem recenseat. Nam gymnasticos tam armorum, quam umbrae pugnam proposita sanitate usurpasse, satis clare monstrauit Galenus, ubi ad exercenda brachia, atque crura sciomachiam commendauit, hoplomachiam uero a Damea inuentam multorum membrorum optimo statui conferre tradidit. quam enim armis peragebant exercitationem, hoplomachiam uocatam fuisse, praeter nominis ipsius rationem, non modo Galenus testatum reliquit, uerum etiam Coelius Aurelianus, ut paullo ante demonstrauimus, nec non Martialis, qui medicum quendam hoplomachiam praue exercentem, siue potius aduersarium grauiter & praesertim in oculis ferientem, hisce uersibus carpit.

6.collect.

2.de tu. ua. c. 11. & 12. E

Lib. 8.

Hoplomachus nunc es, fueras ophtalmicus ante
Fecisti medicus, quod facis hoplomachus.

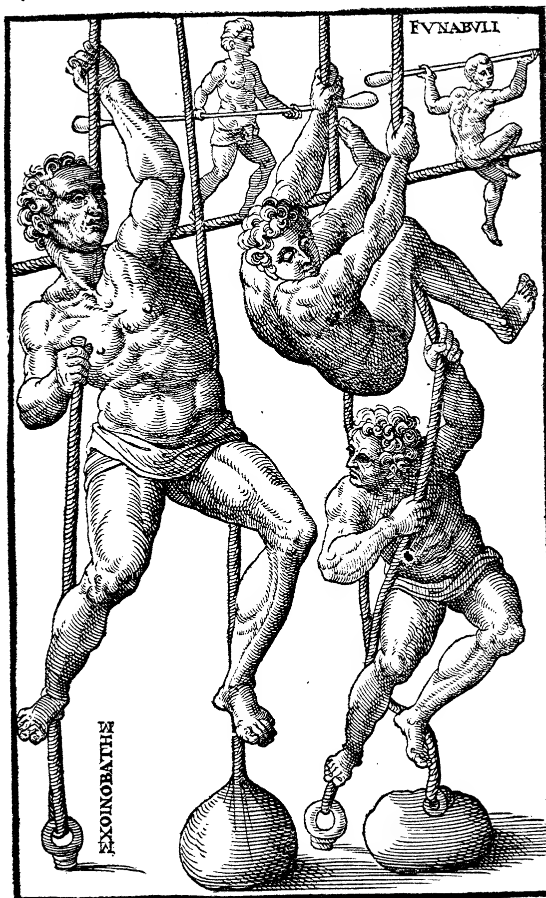
Quamobrem ex his omnibus perspicuum cuiuis esse potest, pugnam tum armorum utramque, tum umbrae in omni gymnasticae specie locum habuisse. Iam ad alias, quae restant, enarrandae, F antiquorum exercitationes, transeamus.

De nonnullis alijs exercitationum speciebus. *Cap. V.*



PRAETER exercitationes, quas iam perspicue quantum in tanta licuit rei obscuritate, explicauimus, multae aliae exstitere, quae licet ubique locorum, prout temporum & hominum uariae occasiones postulabant, agerentur, praecipue tamen in gymnasijs effici consueuisse, Galenus sentire uidetur. Eae uero sunt τὸ διὰ χοινίυ ἀναῤῥιχᾶσθαι τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ πυτιλίζειν idest, per funem adscendere, manibus colluctari, ac plethrissare, & pytilissare.

Alissare. Quomodo sese per funes adscendendo exercerent, sine labore cognosci potest ex hac, quae in sculptis gemmis ueterum spectatur, descriptione. Vnde iure similem exercitationem inter uehementes Galenum reposuisse colligitur. nam funambulos, qui hoc tempore lucri gratia per orbem uagantur, etiam ueteres ad populum oblectandum adhibuisse, non modo ex praedicto icone recognoscitur, uerumetiam Terentij in Hecyra locupletissimo hoc testimonio confirmatur: Ita populus studio stupidus in funambulo animum occuparat.

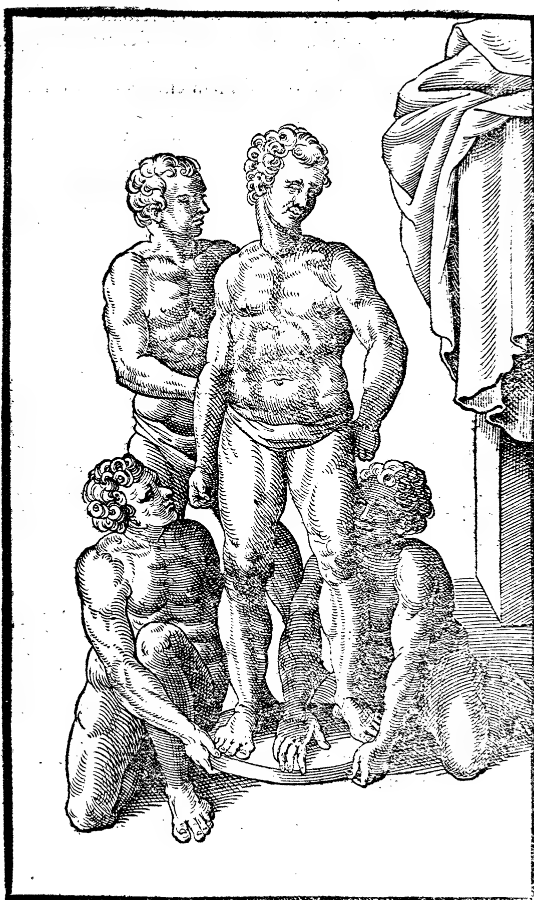

FVNABVLI
ΣΧΟΙΝΟΒΑΤΗΣ

A ἀκροχειρίζεσθαι non defuerunt, qui luctae partem quandam fuisse putarint, quando scilicet luctatores primoribus tantum digitis insertis periculum roboris faciebant. Sed hos male sentire, unus Galenus fidem facit, qui in 2. de tu. ualet. cap. 8. statim luctam ab acrochirismo disiungit. Erat igitur acrochirismus colluctatio quaedam summis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis pars ab ipsis digitis tangebatur, donec aduersarius deficeret, perdurans. Hac athletae perraro in publicis spectaculis contendebant, aliquando tamen eam ad usum reuocabant, si quidem apud Pausaniam legimus, Sostratum cognomine Pancratiastem in huiuscemodi certamine maximam laudem consecutum, & ob id ἀκροχειριστὴν quasi per excellentiam nominatum, cum aduersariorum summas manus tam fortiter apprehenderet, ut non prius eos dimitte- 6. Fliac.
B ret, quam elisis digitis dolore confectos intelligeret. Quicumque pariter militari gloriae inuigilabant, interdum ἀκροχειρίζεσθαι solebant, nimirum qui & brachia fortiora, & agiliora simili ratione effici sibi ipsis persuaderent. De Celtis refert Posidonius, quod in armis excitati inter se acrochirismo certabant. Porro ualetudinis studiosos huic exercitationi operam nauasse, & Galenus, & Paullus Ægineta concorditer asserunt Hippocratem, siue Polybum secuti, qui in libris de diaeta acrochirismum uarijs corporis affectionibus commendauit. Quid autem fuerit τὸ ἐκπλεθρίζειν, tam Galenus, quam Auicenna Arabum omnium doctissimus explanauit, dum uterque uerbis plane ijsdem scripsit, ecplethristare, fuisse, cum in plectro, idest in sexta parte stadij, quis prorsum, retrorsumque uicissim, idque saepe in utramque partem sine flexu cursi- 2. de tu. ua. cap. .. lib. 2. lib. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.
C tans uno quoque cursu breue quiddam de spatio demebat, quoad denique in unico gressu constitisset, uel, ut dixit clarius Auicenna, donec in fine illius in medio stetisset. Ceterum πιτυλίζειν idem fuisse, quod gesticulari, & crebro motu manus ciere, opinatus fuit Politianus, quem, alioquin eruditissimum toto caelo aberrasse, facillime ex Galeni, ac Auicennae oratione conuincitur, a quibus pytilissare definitur fuisse, si quando summis pedibus quis ingrediens, uel stans, ut sentit Auicenna, tensas in sublime manus hanc antrorsum, illam retrorsum celerrime mouisset. qua exercitatione maxime ante parietem stantes uti solebant, quo si interdum aberrassent facile pariete apprehenso erigerentur. De hoc sermonem habuisse potest Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim proposito decreto illas exercitationes, quae manibus in altum sublatis efficiebantur, uetuisse, ne quis laborando consuesceret de- In Misc. In uita Lycurgi.

fatigari. de hoc item locutum esse Iuuenalem arbitratus Scali- D ger legebat.

Sat 11. *Qui Lacedaemonium pitylismate lubricat orbem.*

Sed nos aliter superius legendum demonstrauimus. Praeter haec enumerantur aliae exercitationes a Galeno, ueluti si cuipiam alter
2 de tu. ua. iussisset, ut se uiolenter detraheret, inflecteretque, dum ipse non manibus modo, uerumetiam cruribus, spinaque constans, & non flexus resistebat: quo genere Milonem ipsum exercuisse se ferunt, dum alias conuellere se, mouereq. e disco inuncto, super quem erectus manebat, ut ex praesente pictura apparet.



uolenti permitteret, alias utique ſi manus exercitandas curabat, pu D gnum aperire iuberet, qui ſimiliter malum punicum aut tale quippiam manibus complexus auferendum cuiuis praebebat. quamuis enim haec potius ad roboris oſtenſionem efficerentur, nihilominus ad bonum corporis habitum firmandum conferre credebatur, quemadmodum item cum alterum quis medium complexus, aut etiam ipſe medio comprehenſus manibus digitisq. pectinatim iunctis, aut quem complectebatur abſoluere ſeſe iubebat, aut ipſe ſe a complectente ſoluebat. Ita quoque ſi quis alterum, qui ipſum uerſus ſe inclinabat, a latere aggreſſus ilia manibus complexus, ſeu onus aliquod ſublatum inuicem protendebat, reducebatque, ac magis ſi dum geſtabat ipſe, nutu renutuq. corporis uſus eſſet, exercitationem agere dicebatur, perinde ac illi, qui a ceruicibus pendentes deorſum trahebant, ac alij multi ab Auicenna relati, quos enar E rare nolo; quoniam omnes ſimiles motus potius luctatorum uariae roboris iactationes, quam exercitationes per ſe ſeparatae erāt. Quales item erant illae quae a Socrate in Platonis Theaeteto ſignificantur ſub his uerbis: κατὰ σμικρὸν γὰρ προϊόντες λελήθαμεν ἀμφοτέρων εἰς τὸ μέσον πεπτωκότες, καὶ ἂν μή πη ἀμυνόμενοι διαφύγωμεν, δίκην δώσομεν ὥσπερ οἱ ἐν ταῖς παλαίστραις διὰ γραμμῆς παίζοντες, ὅταν ἐπ᾽ ἀμφοτέρων ληφθέντες ἕλκωνται εἰς τὰ ἐναντία. id eſt, Paullatim enim procedentes in medium amborum ignoranter cecidimus, & niſi aliquo modo noſmet ipſos defendentes euadamus, poenas luemus, perinde atque illi, qui in palaeſtris in linea ludunt, quando ab utriſq. capti, in contraria diſtrahuntur. De his enim loquitur Iulius Pollux, quando deſcribens ludum diſtractorum haec uerba habet: ἡ δὲ Διελκυστίνδα παίζεται μὲν ὡς ἐπὶ τὸ F πολὺ ἐν ταῖς παλαίστραις. οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ ἀλλαχόθι. δύο δὲ μοῖραι παίδων εἰσὶν ἕλκουσαι τοὺς ἑτέρους οἱ ἕτεροι, ἐς τ᾽ ἂν καθ᾽ ἕνα μεταστήσονται, παρ᾽ αὐτοῖς οἱ κρατοῦντες. hoc eſt. Dielcyſtinda autem, plerumq. in palaeſtris luditur, uerumtamen etiam alibi. Duae autem ſunt puerorum partes, alij trahentes alio, ſiq. ad illam partem tranſmigrauerint, penes illam uictoria eſt.

De Spiritus cohibitione. *Cap. VI.*



SPIRITVS etiam cohibitionem inter exercitationes, & praeſertim apotherapeuticas ab optimis gymnaſticis repoſitas fuiſſe, memoriae tradidit Galenus 3. de tu. uale. lib. & ante ipſum Coelius Aurelianus inter medicos non infi-

A infimus. Hanc uero tunc effici omnes docti sciunt, quando cuncti thoracis musculi, qui circa costas habentur, usque adeo intenduntur, coguntur que, ut exspiratio uocata perfici nequeat: nam duae sunt, quae uniuersam spirationem complent, inspiratio scilicet, & exspiratio. Inspiratio ea est, quando aer ad temperandum cordis feruorem, spiritusq. generandos in pectoris spatia trahitur. At exspiratio tunc agitur, cum fuligines in corde genitae per caua ipsius pectoris extra educuntur. unde cum per musculos thorax, ceteraq. spirationi deseruientia instrumenta coarctantur, ita ut nec aer intus ingredi, nec fuliginosa recrementa exire queant, respirationem intercipi siue cohiberi dicimus. qua cohibitione tum gymnastae medicorum in primis, tum athletae exercitationis, & auxilij loco non raro utebantur. Medici quidem uel medicorum gymnastae dupli-
B cem spirationis cohibitionem in usu habebant, alteram, in qua uniuersi thoracis musculi tendebantur, remissis, qui sunt in septo transuerso atque abdomine, ut facilius excrementa deorsum truderentur; alteram, in qua abdominis quoq. musculi tenduntur, quo uidelicet ea, quae sub septo sunt, uiscera, exercitationis fructum sentirent. in ambabus uero fascias quasdam adhibebant, quibus thoracem, atque costas nec non uentrem cingentes felicius propositum assequebantur. Propositum autem habebant huiuscemodi exercitatione, modo calorem in exercitationibus acquisitum, siue ipsum natiuum auctum confirmare, modo spiritualia membra iuuare, modo excrementa pectoris expurgare; si quidem spiritus in tali inhibitione undiq. compulsus, dum in angustos se meatus recipere cogitur, eosque, si amplius trusus propulsusq. fuerit, etiã penitus
C pertransire, extenuati iam excremẽti secum nonnihil arripit; quin immo, quanto is ulterius per uim coactus impellitur, tanto magis ab ipso quaedam impelluntur, quaedam trahuntur. impelluntur quidem, quae ante occurrunt: attrahuntur, quae ad latus sunt posita, impetu ipso motu utraque coacta. ut nemo his rationibus perspectis mirari debeat, quod Erysimachus medicus in conuiuio Platonis ad curandum Aristophanis singultum spiritus cohibitionem in primis commendarit. quam postea Aristoteles non solum ob antedictas causas singultum exstinguere, uerumetiam partes corporis interiores calefacere, pluribus uerbis probauit. quod idem Galenus & asseuerauit, & clarissima oratione confirmauit. In hunc igitur modum, atque his de caussis a gymnasticis institutam spiritus cohibitionẽ, legitur, quos, ut melius res ipsis succederet, etiam hanc regulam obseruasse arbitror, nempe ut primo leuiter, ac breuiter,

Prob. sect. 33. 3 de Symp. cau.

dein-

deinceps uehementius & diutius spirationem inflatis buccis conti D neri, imperarent, demum relaxari iuberent, ita namq. secundum praeceptum illud Hippocraticum omnia ἐκ προσαγωγῆς agenda, antiquos medicos uoluisse reperio. Athletae autem quamuis hoc exercitationis genere forsan non uterentur, nimirum quod nullibi ad gloriam, siue spectatorum oblectationem assequendam ipsis deseruiret, nihilominus eos inter ceteras obeundas exercitationes spiritus quoq. retentione duabus de caussis usos credo, tum ut a lassitudine recrearentur, perspirabilemq. simul & purum ad subsequentes labores corpus redderetur, quemadmodum Galenus significasse uidetur; tum (quod rationi magis consentit) ut maius robur in impulsionibus, compressionibus, saltibus, atq. similibus ex spiritu retento compararent. in his enim omnibus agendis maiores quodã modo uires effici, si spiritus detineatur, quotidie declarant onera gestantes, nec non ceteri omnes grauiores operarij, quos, ut maximos labores facilius sustinere queant, spirationem cohibere cernimus, quasi ex tali retentione spiritus intus aucti, & robur crescere faciant, & impetus efficaciores reddant. Accedit his, quod, sicuti dicebat Aristoteles, retentus spiritus uenas implet, itaque humores exire, difflariue non patitur: unde postea retentis illis neque laborãtes sudoribus diffluunt, delassanturue, neque uis, quam in humoribus, spiritibus, & membris solidis consistere medici omnes fatentur, ulla ex parte flaccessere, aut diminui solet. Scribit Plutarchus in libro de praeceptis sanitatis, consueuisse aliptas, dum athletas fricabant, ipsis iubere, ut spiritum interciperent, sicq. fricationibus contra niterentur, quasi ita partes corporis inunctas, & contrectatas distenderent. quo in loco apud graecos cum legatur τηρȣ͂ντας, τείνοντας legendum esse, omnis ratio persuadet: etsi bonus Erasmus diligens nimis interpres hoc non uiderit. Ex quibus omnibus clarũ efficitur, athleticam gymnasticam non parum ex spiritus retentione adiumenti capere consueuisse, quemadmodũ medicinae gymnasticos eandẽ quamplurimum aestimasse (ni fallor) abunde probatum est. Immo uero etiam athletas ostẽtationis, & spectatorum uoluptatis gratia in spiritus retentione se quandoque exercuisse, inde conijcere licet, quod Milonem illum capite, & praesertim fronte ac etiã costis & pectore robustis uittis ligato tamdiu spiritum retinuisse legimus, quousq. prae impetu intumescentes uenae ligamina illa discinderent. id quod satis confirmare possunt imagines, quas Ligorius inter aenea Illustrissimi Ferrariae Principis summi bonorum patroni signa se inuenisse, atq. ab eis hasce

3. ẽtu. ua. cap. 2.

2. partic. prob. 1.



propria manu expressisse nobis significauit. In ipsis namq. uidere D licet fascias pectori, & costis ut meminit Galenus circumuolutas, tum uentres atque scrotam (sicut fit in ualidis spiritus retentionibus) magnopere inflata: cur uero sint raso capite, solis quibusdam in summo uertice capillis apparentibus, simulque halterem e brachio sinistro pendentem gerant, puto quod & serui essent, & halteribus quoq. ualerent, qui ueluti in spiritu retinendo celebres ab artifice repraesentati fuerunt. etenim seruos apud multas nationes caput rasisse legimus, quemadmodum & Dacas seruitijs nobiles toto capite raso, atq. cirro tantum in summo uertice relicto incedere consueuisse, memoriae proditum est.

De Vociferatione, & risu. *Cap. VII.*

E



NTER ceteros, quos plurimos, atque necessarios in humana uita usus habet spiratio, non infimum locum obtinuit uociferatio. quae cum nil aliud sit, quam aeris uehemens percussio, tam materiam, quam effectorem, & formam, uel a respiratione sola, uel saltem non absque ipsa suppeditari, Aristoteles, & Galenus praeclarissimis in id editis commentarijs probarunt. & iccirco non ab re futurum esse duxi, si, postquã de spiritus retentione uerba feci, statim uociferationis tractationem subiungerem. Neque enim ab hac me remouere debuit, quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quam paucissima de uociferatione scriptis tradiderit, quasique eam inter exercitationes numerari debere non censuerit: quandoquidem Antyllus apud Oribasium medicus celebratissimus non modo eam exercitationem esse uoluit, uerumetiam cum ad morborum diuersorum curationem, tum ad uocis ipsius cultum ualde aestimatam fuisse scripsit. quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna Arabs uno ore posterioribus saeculis comprobarunt. Numquid uero athleticae professores, aut militaris disciplinae studiosi hoc exercitationis genus in usu haberent, & si apud nullum auctorem notatum aduerterim: persuasum tamen mihi est, neutros horum uociferationem tamquam propriae ipsorum professioni aut conuenientem aut saltem necessariam exercuisse. Quod si dicat quis, & athletas in certaminibus, & milites in pugnis conferendis clamoribus non sine utilitate usos, quando Caesar haud frustra antiquitus institutum fuisse scribit, ut in bello committendo signa undique concinerent, clamoremque uniuersi tollerent, quibus rebus F

lib. 1. ser. 3. cap. 5.
lib. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.
3. de bello ciuili

A bus & hostes terreri, & suos incitari existimauerunt: propter hoc
minime sequitur, uociferationis exercitationem, de qua nos agi-
mus, militari disciplinae addiscendae conferre. Duo solum homi-
num genera uocis exercitationi sedulo operam dedisse reperio, hi-
strionicae uidelicet professores, & medicorum gymnasticos. Hi-
strionicam enim profitentes, sub quibus praecones, choristas, tra-
goediarum, & aliarum fabularum similiũ recitatores, nec non uo-
cibus certantes colloco, uociferationibus exerceri solitos, locuple-
tissimus testis est Plato in Ione, & Aristoteles in problematum li- 11. & 19.
bris, in quibus legitur, Phrynici, nec non etiam antiquioribus tem- partic.
poribus tragoedias, comoedias, dithyrambos, atque leges ipsas can-
tu recitari consueuisse. ob quod uocis exercitatio tantae existima-
tionis fuit, ut, sicuti de athletica monstrauimus, publicae uocifera-
B tionis certamina a Coelio Aureliano sub modulationis agonisti- lib.5.chro.
cae nomine intellecta propositis uictori praemijs instituerentur. cap. ult.
quem morem usque ad Galeni tempora perdurasse, ex eo conijce-
re possumus, quod 7. de medicamentorum composi. secundum lo-
cos lib. multa medicamenta recenset, quibus antiqui medici in ijs,
qui uoce contendere debebant, tum ante, tum post certamen ute-
bantur. ubi similiter narrat, tempore suo phonascos omnes, citha-
raedos scilicet, praecones, nec non tragoediam, ac comoediam per-
sonatos repraesentãtes, qui magno uocis exercitio utebantur, si
quando uocem contendendo oblaesissent, balneis multis, & cibis
leuibus, atque laxantibus uti solitos. Ex quibus uerbis cuiuis intel-
ligere licet, non modo histrionicae professores uoce & cantu (quod
dixit Plato) simpliciter in recitandis drãmatibus, rhapsodijs, alijsue In Ione
C imitationibus suis, uerum etiam alta uoce usos, atque ijs interdum
uniformibus, interdum uarijs, & mutatis, ueluti in tragoedia ad
maeroris calamitatisq. magnitudinem augendam factum olim,
scribit Aristoteles. Quare mirari debet nemo, quod Cornelius Cel 19. partic. prob
sus memoriae prodiderit, apud nonnullos morem fuisse, uocis lib.7.c.25.
gratia adolescentulos infibulare; quandoquidem illi, qui histrio-
nicae operam nauare sibi proposuerant, cum opus magna uoce
haberent, ad euitandam uenerem, a qua summopere illa labefa-
ctatur, infibulatione non parum iuuabantur, & ideo ipsa in tam
frequenti usu recepta erat, ut omnes fere comoedi, alijue histrio-
nes infibularentur. quemadmodum Martialis attestari uidetur his
uersibus, in quibus de duobus histrionibus uerba facit.

Menophili penem tam grandis fibula vestit, Lib.7.
Vt sit Comoedijs omnibus vna satis. & alibi:

Dum

 D

Dum ludit media populo spectante palaestra,
Heu cecidit misero fibula, uerpus erat.

& quemadmodum Iuuenalis insinuat ubi scribit.

Sat.6 *Soluitur his magno Comoedi fibula.*

&

Si gaudet cantu nullius fibula durat
Vocem uendentis praetoribus

Satis itaque constat, uociferationis exercitium maiorum nostrorum temporibus in usu exstitisse histrionibus, magistrosq. phonascos, sicuti artem phonasciam a Theophrasto fuisse appellatam. Sed ubi nam locorum perageretur, & cur institutum foret, quid apud probatos auctores legerim, in medium afferam. De loco certum est, tam Graecos, quam Romanos locum secundum Pausaniã
Lib.1. Atti. imagine theatri constructum habuisse, in quem deferebantur poemata, priusquam in theatro agerentur, & ex quo certamina musica spectabantur, ᾠδεῖον a Graecis, a Latinis ipsis odeum uocatum, in hoc uocis exercitationes, atque certamina praedicta effici consueuisse existimo, quando Suetonius Tranquillus Neronem, musicum certamen instituisse, Domitianumq. odeum, ubi praeter citharaedos, citharistae, atque psallocitharistae certarent, excitauisse scribit. quamquam alibi quoque & praesertim in gymnasiorum exedris, in quibus philosophos, & rectores disputare solitos accepimus, ueteres uociferationibus certasse, se ipsosq. exercuisse suspicor, cum ad formandas excolendasq. uoces alios in concauis locis, alios prope maris litora, ut de Demosthene fertur, uociferari, legere, & cantare consueuisse, legamus. Porro finis, cuius gratia huiuscemodi exercitationes ueteres in usum prouexerint, multiplex fuit, sicut a Platone, Aristotele, ac Plutarcho intelligere possumus: nam uociferationibus exercebantur uel ut in choris, in Sophistarum ac aliorum ad hoc institutis certaminibus, in dithyrambis τοὺς ἀντιστρόφους siue aduersarios superarent, uel ut in scena & theatro quisque munere suo cum laude fungeretur. Ceterum an eodem tempore uociferationis exercitatio, & ad histrionicum, & ad medicum usum tracta fuerit, haud quaquam certo scio. sed cum animaduerterim, Corneliũ Celsum inter exercitationes imbecilli stomacho conferentes claram lectionem commendasse, similiter & Coelium Aurelianum antiquum inter Latinos medicum in dolore capitis uocis exercitium anaphonesin a Graecis uocatum probasse, nec non in uocis amputatione, & alijs morbis exercitium idẽ adhibito praeceptore administrandum consuluisse, ad credendũ adducor,

E (right margin, beside "imagine theatri")
F (right margin, beside "huiuscemodi")

Marginal notes: In prot. In lib. de tuen. san. In xix. partic. prob. — Lib.1.c.8. lib.1.chro. ca.1.& lib. 2.cap.6.

A adducor, aetate illa uocis exercitationem in medicorum gymnastica locum habuisse, atque ipsos gymnastas uocem exercendi, modos, tempora & regulas calluisse: tametsi postea Plutarchi atq. Antylli temporibus ipsa maius incrementum susceperit, nempe quando pluribus iam experimentis comprobatum erat, exercitationem uocis rite initam non modo ad uocis conseruationem, & ad aliquorum morborum curationem, sed etiam (quod ait Plutarchus) ad tuendam bonam ualetudinem, & ad corporis robur uerum efficacissimam esse, ut pote quae thoracem, ac uocalia instrumenta perbelle exerceat, naturalem calorem excitet, partibusq. maxime uitalibus, & principalissimis uim internam, uigoremque firmum, & genuinum inserat. ob quae fortasse refert Galenus, Thessalum illũ, aetate Neronis, ut scribit Plinius, magna in existimatione habitum B & a se ipso iatronicem appellatum, eam etiam curandis malignis ulceribus adhibuisse. Modus autem, quo huiuscemodi exercitatio peragebatur, talis a Coelio Aureliano in cap. de furore proditur, quod principia leni uoce promebantur, narratio uero, & demonstrationes extenta, atq: maiore, tum epilogus demissa, & indulgenti; quem uero Antyllus indicauit, erat, quod, cum aluus deiecerat, primo leniter fricabantur, ac praecipue inferiores partes, faciesq. spongia aut madefiebat, aut abluebatur, deinde prius sensim, ac per interualla mediocria loqui incipiebant, nonnumquam prius deambulabant, post uero ad uociferationem accedebant, in qua doctrinae expertes ea dicebant, quorum meminerant, quaeue clara & multas habere lenitatis & asperitatis mutationes habere uidebantur. sin autem uersus sciebant, iambicos dicebant, & tertius C locus Elegiae dabatur, quartus modulis, & numeris, atque in his omnibus praestãtius iudicabatur memoria recitare, quã legere, &, ut admonuit Plutarchus, mediocribus potius, quã nimis commotis uociferationibus, & iurgiosis clamoribus uti: in primis uociferabãtur, uocẽ quam grauissimis fieri sonis poterat, producendo, tum ad acutissimos eã redigendo: deinde cum non multum in acuto sono permansum foret, retro uicissim reflectebant, paullatim uocem diminuendo, donec ad grauissimam, a qua ductum initiũ erat, reuerterentur: atq. hunc in modum tota uocis exercitatio absoluebatur, adhibita interim ratione uiriũ, alacritatis, consuetudinis, & deniq. aliorũ, de quibus Plutarchus in libro, quẽ de conseruanda ualetudine inscripsit, copiose disseruit. ea autem omnia agebant tam accumbentes, quã sedentes, aut stantes: ut hac ratione loca ampla huiuscemodi exercitationi minime necessaria iudicauerit Socrates. Ad hoc

pertinet

In lib. de u. ual.

4. Meth. lib. 29. c. 1.

In lib. de tu. ual.

pertinet & illud, quod a Plinio lib. XXXIV. cap. XVIII. relatum est, D Neronem Principem lamina pectori imposita sub ea cantica exclamantem alendis uocibus demonstrasse rationem. Et quoniam diximus in hoc exercitationis genere, quartum locum numeros, & modulos obtinuisse, merito quis a nobis sciscitari posset, qua ratione illud factum credamus, cum Plato quampluribus in locis diuersam & paene contrariã gymnasticae musicam effecerit, quod altera animum, altera corpus respiciat. Cui respondendum esse iudico, musicam prout ex rythmis, melodijs, harmonijsque composita est, omnino a gymnastica separari, quia sic animorũ solatio atque iucunditati solummodo studet, moresq. hominum aliquo pacto componere apta est: ob quod eam Plato & Aristoteles in optimis rebus publicis pueris addiscendam statuerunt. Quatenus uero musica ipsa uoce utitur, & modo graues, modo acutos, modo medios sonos, E qui nõ sine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnastica locũ obtinere perspicuum fit. cuius rei illa assignari ratio potest, quod musica tota ordinatis uocis motibus plena exsistit, qui secundum Aristotelis sententiam naturam uiresq. nostras & augent, &

19. partic. Prob. 38. seruant. ut hac de caussa nemo infitiari debeat, quin musica, perinde ac uociferatio gymnasticae, medicorum exercitatio quaedam

Lib. chron. cap. 5. & li. 2. c. 6. & 13 reputetur, quando id Coelius Aurelianus medicus saepe testatum fecit, & praecipue dum in furore, atque in catarrho, uocisue abscissione curandis modo uocis exercitium musico monitore compositum, modo anaphonesim adhibito praeceptore, & temporum ordine seruato, modo eandem sub magisterio aliptae, uel musici praecipientis ineundam praecipit. Ad haec gemitus quoque inter gymnasticas uocis exercitationes recenseri debere censeo, nempe qui ultra clamores, atq. ululatus, quos fere semper sibi associatos gerunt, F lacrymas quoque eliciendo excrementa capitis aliarum multarum exercitationum instar exinanire possunt. Et iccirco Aristote-

7. Polit. cap. ult. les iure eos improbandos esse uoluit, qui pueris lege ploratus prohibent: ita enim ab ipso scriptum inuenitur: τὰς δὲ διατάσεις τῶν
» παίδων, καὶ κλαυθμὺς, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κωλύοντες ἐν
» τοῖς νόμοις. συμφέρουσι γὰρ πρὸς αὔξησιν, γίνεται γὰρ τρόπον τινὰ
» γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἡ γὰρ τοῦ πνεύματος κάθεξις, ποιεῖ τὴν
» ἰσχὺν τοῖς πονοῦσιν, ὃ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις διατεινομένοις. id est: Puerorum uero distensiones atque ploratus, qui in legibus prohibent, haud recte faciunt, cõferunt enim ad incrementũ, cum sint quodammodo exercitationes corporum, spiritus nanq. cohibitio laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum di-

A stensis contingit. Ex quibus plane patet Aristotelem ploratum & exercitationem, & utilem exercitationem censere. Nam & Cicero athletas inter exercendum ingemiscere consueuisse memoriae mādauit, quasi illud ad augendas actionum uires non parum adiuuaret. Risum pariter si quis inter uocis exercitationes adnumeret, minime iudicio meo alucinabitur, quod (siue is titillatio praecordiorum exsistat, quemadmodum Aristoteles sensit, siue, ut est apud Meletium, motio quae in facie exsistentes musculos distendat, siue muscularis dilatamenti motus, qui a spiritus agitatione ab intimis uisceribus impellitur, siue quid aliud sensum atq. intellectum humanum latens) proculdubio illum corpora nostra agitare, & non parum exercere apparet. Quis enim non uidet hominibus, dum rident, tota uiscera commoueri, ignescere faciem, caput & pectus
B concuti? innumerisq. fere affectionibus eorum statum affici, quae sicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquando mortem attulerunt, ita quoq. alios non parum iuuerunt: ut falsum dixisse apud Xenophontem Aglaitadem illum ferme constet, qui risum mouentes neque ridentium animis, neque corporibus prodesse credidit.

2. Tusc. qu.

2. de part. animaliū. & 35. parti. prob. 6. In lib. de nat. hom.

In Paed. Cyri.

De Cricilasia, Trocho, Petauro, & Pilamalleo. Cap. IIX.



SI ea omnia, quae antiquis temporibus usitata, ac, ut sic dicam, peruulgata erant, aut ad nos per manus tradita, sicut de anatomica arte narrat Galenus, peruenissent, aut ab auctoribus scriptis mandata non interijssent, mul
C tos profecto labores, quos homines quotidie in obscuris, ac antiquatis rebus ad lucem reuocandis sustinent, citra ullam iacturam effugissent. sed quoniam alia temporis diuturnitate, asperitateq. obsoluerunt, alia difficili obscuritate deprauata sunt, alia scriptorum interitu defecerunt, alia communi quadam saeculorum negligentia numquam proprium nitorem recuperarunt, hinc factum est, ut indies cogantur homines obsoleta renouare, deprauata reformare, abolita reficere, tandemq. neglectis & deturpatis splendorem restituere, nec non in tanta obscuritate coacti, somniantes quandoq. a ueritate procul aberrare. inter quos cum ego quoque similem prouinciam susceperim, qui artem gymnasticam olim in magno pretio habitam, nunc penitus obscuratam, & emortuam ad lucem reducere studeo, mihi tanto maiore excusatione dignus uideor, quanto pauciores, aut fere nulli scriptores supersunt,

2. de anat. admini. in princ.

a quibus institutum meum dirigi queat, ne sileam plurima exercita D
tionum genera, quae quod temporibus nostris desueuerint, ueterumq. peragendi eas ratio non habeatur, quomodo fierent, qualesue essent, diuinandum est potius, quam certi quidquam affirmandum. Quemadmodum de Cricilasia atque trocho contingit. Nam *κρικηλασίας*, quae circuli impulsum latine sonat, modum atque figuram tametsi Oribasius ex Antyllo explicasse uideatur, tamen res ipsa usque adeo tenebris inuoluta est, ut perarduum omnino cuiuis erudito fiat, talis exercitationis formam & condiciones dignoscere. Sed ne quis nos uel crassae ignorantiae, uel temeritatis, uel timiditatis, uel arrogantiae crimine iuste notare queat, ipsius Oribasij uerba graeca ex Vaticano codice descripta in medium adducam, quae ita in libro Collectaneorum. 6. ad Iulianum leguntur.

cap. 26. *Ἐλάσσονα δὲ σχέτω ὁ κρίκος τὸν διάμετρον τοῦ μήκους, τοῦ ἀνθρώ-* E
» *που, ὥστε τὸ ὕψος αὐτοῦ μέχρι τῶν μαστῶν ἐξικνεῖσθαι, ἐλαύνεσθαι δὲ*
» *μὴ κατὰ μῆκος, ἀλλὰ κατὰ πεπλανημένον, ἔστω δὲ ὁ ἐλατὴρ σιδηροῦς ξύ-*
» *λινον ἔχων τὴν λαβὴν, τοὺς μέντοι λεπτοὺς κρίκους τοὺς περικειμένους τῷ*
» *τροχῷ ᾠήθησαν τινες εἶναι περιττοὺς, τὸ δὲ οὐχ᾽ οὕτως ἔχει ἀλλ᾽ ὁ ψό-*
» *φος ὁ γινόμενος ἐξ αὐτῶν διάχυσιν ἐργάζεται, καὶ ἡδονὴν τῇ ψυχῇ,*
» idest, Habeat uero circulus diametrum hominis longitudine minorem, ita ut ipsius altitudo usque ad mammas pertingat, neque secundum longitudinem, sed in transuersum impellatur, sit autem impulsor ferreus ligneam ansam habens. Nonnulli tenues anulos rotae circumpositos superuacaneos esse putarunt: at hoc minime ita se habet, quinimmo sonus ab ipsis genitus relaxationẽ, atque uoluptatem animo parit. Ex quibus uerbis clare patet, in hac exercitatione homines circulum quendam magnum, cuius circumfe- F
rentiae anuli parui infixi erant, quadam ferrea uirga ansam habente in transuersum latus impellere consueuisse. sed cum hac aetate in usu non habeatur, possumus sane aliquid diuinare, at eius formã & condiciones penitus cognoscere minime licet. quod enim trochus graecus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminum.

Seu Graeco iubeas trocho,

fieri quidem potest; at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & ille aeque sit nobis ignotus. Quod item petaurum fuerit, aliquis fortasse in animum induxerit suum; uerum tamen rem secus se habere facillime perspiciet, dum scire uelit, id machinam quandam ligneam fuisse, qua homines rotis quibusdam in aerem iactabantur, ut, praeter nominis illud indicantis uim, testatus est tum Lucilius,
» cum dixit, Sicuti mechanici cum alto exiluere Petauro, tum etiam

Iuue-

A Iuuenalis Saty. 14. hoc uersu.

An magis oblectant animum iactata petauro
Corpora, quiq. solent rectum descendere funem
& Martialis libro. 11.
Quam rota transmisso toties impacta petauro,

unde genus hoc exercitationis delectabilis minime Cricilasiae assimilari patet. quamquam credo petauro ualde similem esse iactationem illam, quae hodie apud multas puellas & pueros efficitur assere funibus quattuor ad laquearia suspenso, & ibi sedentibus pueris, aut puellis ueluti per aerem iactatis. quod genus sub oscellarum appellatione a ueteribus significatum puto: atq. id forsan est, cuius meminit Auicennas prima quarti tract. ij. cap. xiij. ubi ad coercendum sudorem laudat, ut aeger ponatur super instrumen-
B tum, quo pueri, uel iuuenes solent in aere concuti. etenim Aelius Stilo apud Festum ait, petauristas dici proprie Graece, quod ij πρὸς ἀέρα, uel πρὸς αὔρας πέτονται, siue, quod ad aerem, uel ad auras uolent. quod exercitationis genus etiam in ludis gymnicis usurpatum fuisse apud Thracas, Ægyptios, aliosque populos ex historijs unicuique perspectum esse potest. Nec minus istud indicant Augusti, atq. Tiberij Caesarum nummi, in quibus hunc in modum oscellarum ludus repraesentatur.


OSCELLAE VEL PETAVRV̄

A Qui licet ab hodiernis oscellis diuersus sit quod ad modum, nihilominus re ipsa nequaquam distare facile perspicitur; quod in aere uideatur non secus lusores quassari solitos fuisse, atq. nunc agunt, qui similiter exercentur. Neque forsan prorsus absonum est raptorium illum machinamentum a Coelio Aureliano macron sparton uocatum uel ipsummet petaurum, uel saltem non ei dissimile fuisse. Iam uero si quid apud Latinos auctores legitur, quod cricilasiae aequiparari queat, id profecto est trochus, quem Martialis ita pluribus in locis descripsit. 5. chron. cap. ult.

Inducenda rota est, das nobis utile munus, lib. 14.
Iste trochus pueris, at mihi cantus erit. &
Garrulus in laxo cur anulus orbe uagatur. ibidem.
Cedat ut argutis obuia turba trochis. & lib. 11.
B *Lydia tam laxa est, equitis quam culus aheni,*
Quam celer arguto qui sonat aere trochus.

in trocho namq. primo erat circulus, & in circulo anulus, qui sono spectatoribus uoluptatem afferebat, aderat & impulsor cum ansa a Propertio clauis uocatus, ubi dixit,

Increpat & uersi clauis adunca trochi. lib. 3.

quae omnia Antyllus in cricilasia sua appositissime depinxit, nisi quod Antyllus circulo tenues anulos, non anulum circumpositos tradit, praeterea Cricilasiam uirorum exercitationem effecit. Martialis autem puerilem quendam ludum trochum fuisse significauit. Quibus duabus postremis rationibus adductus in eam sententiam uenio, quod Cricilasia exercitatio aliquo pacto diuersa a trocho Latinorum exstiterit; propter hoc tamē quid trochus foret, mi-C nime quidquam affirmare audeo, licet certo teneam, illud genus turbinis, quem loro baculo alligato emissum pueri in orbem rotare faciunt, & deinde plagis rotatum impellunt certatim, quemue Graeci βέμβικα nuncupant, ut ex hoc antiquo Epigrammate.

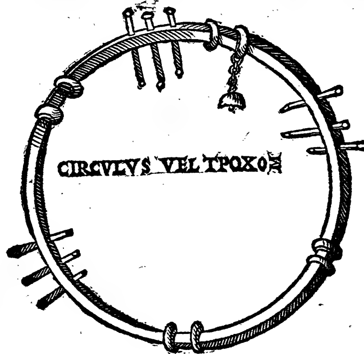
Οἱ δ' ἄρ ὑπὸ σκυτάλαις θοὰς βέμβικας ἔχοντες
Ἔστρεφον εὐρείῃ παῖδες ἐνὶ τριόδῳ. - idest:
At pueri scytalis ludentes turbine acuto
Vertebant lato quisq. suum in triuio.

Et quem appositissime descripsit Virgilius his uersibus 7. Æneid.

Ceu quondam torto uolitans sub uerbere turbo,
Quem pueri magno in gyro uacua atria circum
Intenti ludo exercent, ille actus habena
Curuatis fertur spatiis, stupet inscia turba,
Impubisq. manus mirata uolubile buxum

Dant animos plagae, D

minime trochum esse, ut uoluerunt nonnulli, sicuti & exercitatio illa, quae hodie supra ligneas tabulas pannis contectas una cum ligneis pilis efficitur, & truchus nuncupatur, trochi antiquorum apud me similitudinem paruam gerit. Nam trochus primo in publicis gymnasijs, alijsue locis peragebatur. Secundo is anulum seu anulos habebat strepitum edentes, ut homines per uiam ambulantes sonitu audito longius ab incursu trochi cauerent. Postremo ex aere conflabatur, atque clauem aduncam habebat. quae omnia nec separatim, nec simul in turbine, seu trucho nostris reperiri sensus ipse docet. ut merito credere debeamus, ab his longe diuersum antiquorum trochum exstitisse, quem (ut ego puto) apprime repraesentat haec figura, E



F

a Ligorio ad nos missa, quam se ex forma in uetustissimo, atq. amplissimo cuiusdam Comici uel Satyrici poetae monumento expressa in uia Tiburtina prope Romam accepisse retulit. nisi quod praeter anulos dentes quosdam circulo infixos & mobiles monstrat. quos ad strepitum maiorem edendum appositos fuisse uero consonat. Trochum autem cum Horatius inter exercitationes connumeret in arte poetica,

Indoctusq. pilae, discive, trochive quiescit,
Ne spissae risum tollant impune coronae:

Cumq. Propertius inter gymnasiorum exercitationes recenseat:

pro-

A proculdubio ad gymnasticam aliquam pertinuisse, consentaneum rationi uidetur. & ob id cum neque militari, neque athleticae iure attribui queat, superest medicinae gymnasticae exercitationem fuisse, & illius praesertim, quae pueris exercendis operam nauabat. His dissimilem formã habet exercitationis illud genus, quod, non multis ab hinc annis in Regno Neapolitano inuentum, hodieq. in uniuersa fere Europa usitatum, apud Italos Pilam & malleum uocant. in hoc etenim primo brachia, & dorsum exercentur, quando malleis ligneis pilam ligneam longe pellere coguntur: demum ex ambulatione, quae tali exercitationi perpetuo associatur, ea commoda fere trahuntur, quae ambulantes homines percipiunt. ut his rationibus, licet antiquum non sit, minime contemni mereatur. quamquam aliquis antiquos etiam hac exer-
B citatione non caruisse forsan contendat, cum apud Auicennam inter ceteras exercitationes unum nominetur, quod uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna aut parua lignea] efficiebatur. quas condiciones apprime nostro pilamalleo conuenire unusquisque uidet, nisi alias tacuerit Auicenna, quod suo tempore notissimae essent. loc. citatis.

De Equitatione. *Cap. IX.*


ACTENVS eas exercitationes prosecuti sumus, quas homines a seipsis citra alterius rei adiumentum obibant. Superest de ijs modo sermonem habere, in quibus homines quidem sponte, & quodam modo libere mo-
C uebantur, at eorum motus alterius mouentis ope perficiebantur, quod enim Galenus istis duobus addidit genus exercitationis a medicamentis factum, minime ad institutum nostrum pertinet: ideo illud semper dimissum hac ratione intelligatur. Inter haec postrema primum locum iure sibi uindicat equitatio a Graecis medicis ἱππασία uocata, nempe quae ceteris dignior sit, & liberum hominem, ut scripsit in Lachete Plato, maxime deceat, necnon utriusque exercitationis naturam, illius scilicet, quae a nobis ipsis, & illius quae ab alijs in nobis peragitur, secundum Galeni sententiam sapiat. Equitationis primum inuentorem Bellorophontem exstitisse, auctor est Plinius. post Bellorophontẽ Thessali ob id Centauri nuncupati equitatione in bellis uti coeperunt, quae paullatim usque adeo creuit, ut Hippocratis tempore omnes fere Scythae equis ueherentur. qui cum ob assiduas equitationes coxarum doloribus 3. de tu. ua. lib. 7. c. 56. lib. de aere aquis & locis.

cruciarentur, per uenarum post aures incisionem ab illis curati, ad D coitum ualde impotentes euadebant; quamquam multi erant infecunditatem eam a Dijs proficisci suspicantes, quos Hippocrates redarguit, quod diuites semper Dijs amici, pauperes uero minime
1. Rheto. sint, (ut etiam Aristoteles id ab Hippocrate mutuatus confirmauit,) & propterea aequum fuisse potius inopes, quam opulentos eo uitio corripi, cuius tamen contrarium eueniebat. Post Hippocratis tempora equitatio semper, quemadmodum in Hippia a Platone traditur, in maxima existimatione habita fuit, & iccirco omnes gymnasticae species eam inter reliquas suas exercitationes receperunt. Nam quod in circis & ludis maiores nostri equitationis certamina adhiberent, praeter Olympicos ludos, in quos uicesima quincta Olympiade equorum cursus certamen inductum tradunt; testatum facere possunt quattuor illae Romanae factiones, E Albati scilicet, Russati, Veneti, & Prasini, quae tum in circis, tum in ludis, ac alijs equestribus certaminibus adhibitis equis siue ad equitationem, siue aurigationem semper certabant, tantumq. stu-
7. Metho. dium equis optimis eligendis, ac parandis exhibebant, ut Galenus dixerit, Venetae, ac Prasinae factionis homines etiam stercora equorum odorare solitos, quo ex illis animalium habitus atq. temperaturas internoscere, & cognitis inde melioribus uti ualerent; si quidem harum factionum contentiones potiundi uictoria caussa tales erant, quae nec ullis sumptibus, nec ullis laboribus ac studijs parcere quemquam permitterent: eo magis quod tota urbs quasi quadripartita erat, alijs uni, alijs alteri factioni fauentibus, nec ulla pars ciuitatis reperiebatur, aut ullus hominum conuentus, in quibus certaminum tempore de huiuscemodi factionibus aut stu- F diosissime non disceptaretur, aut saltem sermo non haberetur, quemadmodum ex Plinij sexta noni libri Epistola, atq. his Martialis uersibus quisq. coniectura assequi potest.

Saepius ad palmam Prasinus post fata Neronis
lib. 11. *Peruenit, & uictor praemia plura refert,*
I nunc liuor edax, dic tu cessisse Neroni,
Vicit nimirum non Nero, sed Prasinus,
De Prasino conuiua meus, Venetoq. loquetur.
Nec facient quemquam pocula nostra reum.

quamquam Iuuenalis maiorem Romanae ciuitatis partem Prasinae factioni fauisse tempore suo, quando Martialis quoq. floruit, testari uideatur his uersibus.

Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem

Per-

A *Percutit, euentum uiridis quo colligo panni.*
Nam si deficeret, maestam, attonitamq. uideres
Hanc urbem, ueluti Cannarum in puluere uictis
Consulibus.

Has uero in fauendis diuersis factionibus hominum acerrimas contentiones inde ortas semper existimaui, quoniam Romanorum quarumlibet uestimenta quattuor dumtaxat coloribus texebantur uel rubeo, uel albo, uel uiridi, uel ueneto, sed praecipue rubeo magis fusco, ut Martialis hisce uersibus indicat, de Canusina lana rubea fusca sermonem habens,

Roma magis fuscis uestitur, Gallia rufis,
Et placet hic pueris, militibusq. color. lib. 14.

& ob hoc quicumq. ei factioni fauere cogebatur, quae sibi similem B colorem profitebatur. Etsi huic sententiae reclamare uideantur ea Ouidij uerba. 1. de arte amandi.

Cuius equi uenient, facito studiose requiras,
Nec mora, quisquis erit, cui fauet illa, faue.

Sed de equitatione ludorum, & spectaculorum, quam & athleticā uocare licet, plura non dicam: quoniam eruditissimus Panuinus luculentissime simul, & copiosissime in libris de ludis, quos iam edere parat, uniuersam hanc materiam pertractauit. Ad bellicam gymnasticam accedo, quam ad acquirendam equestrem pro bellis disciplinam equitationis exercitio usam fuisse, locupletissime testatus est Plato: ubi non modo uiros equis armatos, atq. inermes exerceri statuit, uerum puellis quoq. tales exercitationes inire concessit, easq. inter ceteras bellicae gymnasticae species, siue partes euiC denter collocauit, sicuti Xenophon pariter sentire uidetur, apud quem Ischomachus uitae suae rationem Socrati exponens sic loquitur: μετὰ δὲ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναβὰς ἐπὶ τὸν ἵππον, ἱππασάμην ἱππασίαν, ὡς ἂν ἐγὼ δύνωμαι ὁμοιοτάτην ταῖς ἐν τῷ πολέμῳ ἀναγκαίαις ἱππασίαις, οὔτε πλαγίου, οὔτε κατάντους, οὔτε τάφρου, οὔτε ὀχετοῦ ἀπεχόμενος, ὡς μέντοι δυνατὸν, ταῦτα ποιοῦντα, ἐπιμέλομαι μὴ ἀποχωλεῦσαι τὸν ἵππον. idest. Post haec autem equum adscendens ut plurimum, equitationem illis, quae fiunt in bello necessarijs equitationibus, quam per me fieri potest simillimam exerceo modo per transuersum, modo per decliue, modo supra fossas, modo supra aquae riuos illum agens, atque haec facientem equum, ne claudum reddam ualde studeo. Quae uerba, postquam multis alijs eius uiuēdi rationem declarantibus addidisset Ischomachus, ei tandem Socrates ita responsum dedit: νὴ τὴν ἥραν ὦ ἰσχόμαχε ἀρεσκόντως

8. de leg.

In Occon.

τως γὲ μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν τῷ αὐτῷ χρόνῳ συνεσκευασμέ- D
νως χρῆθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγιείαν καὶ πρὸς τὴν ῥώμην παρασκευάσ
μασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τοῦ πλούτου ἐπιμε
λείαις, ταῦτα πάντα ἀγαθὰ μοι δοκεῖ εἶναι. hoc est. Per Iunonem o Iſchomache ſic agendo mihi places, quandoquidem uno tempore collectim ſanitati, atque robori acquirendo operam nauas, nec non ad bella te exerces, diuitijsq. accumulandis inuigilas, quae omnia admiratione digna mihi plane uidentur. Ex his enim & Iſchomachi, & Socratis ſermonibus clariſſimum argumentum elicitur, antiquos ad bellicas diſciplinas comparandas equitationibus uſos. Quod uero medicorum gymnaſtae equitationes ad ſanitatem recuperandam, tuendamue, nec non ad optimum corporibus habitum ingenerandum adhiberent, praeter Socratis modo citatam

2. đ tu. ua. cap. 11. orationem, unum Galeni teſtimonium ſufficere deberet: qui inter E
reliquas gymnaſticae exercitationes minime infimum locum eam obtinere, cum nedum corpus, ſed etiam ſenſus exerceat, ſcribit: niſi quoq.

Loc. citat. Antylli, Aetij, & poſtremo Auicennae comprobatio accederet, qui tam equis, quam camelis uectari inter opportunas exercitationes repoſuit, nam & Germanicum Tiberij Imperatoris nepotem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione a medicis imperata illam curaſſe memoriae prodidit Suetonius: ut hoc exemplo perſuaſi credere debeamus equitationem tamquam utiliſſimam a medicis ſemper magnopere exiſtimatam fuiſſe: quamuis & apud ipſos ualde referret, numquid mulo, an equo ueherentur, & illis an gradarijs, an aſturconibus, an ſuccuſſatarijs, an concurrentibus: quorũ omniũ diuerſas operationes ſuo loco explanabimus. F

De Curruli uectatione. Cap. X.



DIXIMVS duo eſſe exercitationum genera, alterum in quo homines a ſe ipſis ſolum mouentur alterum ab alijs, ſiue, ut Ariſtotelis more loquar, alterum in quo ſua ſponte natura, alterum in quo alio mouente ſeſe exercentes mouentur. De primo ſuperius tractauimus, de altero quod geſtatio Coelio Aureliano, & Plinio communi nomine, ab Antyllo, Herodoto, Galeno, alijsq. antiquioribus medicis Graecis αἰώρα uocatur, in ſequentibus uerba facere polliciti ſumus. atque iam de

2. đ tu. ua. cap. 11. equitatione, quam Galenus mixtum motum fecit, ſermonem explicamus. ad alia igitur tranſeuntibus prima ſeſe offert in curribus uectatio, quam antiquiſſimam fuiſſe, nemo infitiatur. ſi quidem,

ut

A ut Arati uetustus interpres testatur, primus, qui equos curribus iun-
xerit, fuit Erichthonius, quem ob id inter caelitum imagines re-
latum scribit Manilius primo astronomicorum. Porro forma, &
modus curruum diuersus exstitit. Nam Plinius materiam curribus li.16. c.42. & 53.
faciundis idoneam abietem probat, rotarum uero axibus Ilicem,
fraxinum, atq. ulmum. vnde elicitur ueteres ex huiuscemodi li-
gnis currus fabricasse, qui prioribus illis saeculis duabus tantum ro
tis construebantur. alias duas auctore Plinio addiderunt Phryges. lib.7.c.56.
Scythas postea etiam sex rotis currus construxisse memoriae tradi-
dit uetustissimus auctor Hippocrates. quae rotae Homeri tempo- lib.de aere aquis & locis.
ribus stanno ornabantur, at posterioribus saeculis non modo ro-
tas, sed tota uehicula ebore ornata fuisse, legimus apud Plautum
in Aulularia, sicuti Plinij tempestate tota esseda atq. uehicula au- li.34. c.17.
B ro, ac argento insignita conspiciebantur. Varijs praeterea rebus co
operta fuisse uerisimile uidetur, plerumque autem pellibus, quem
admodum in probl. Romanis scriptum reliquit Plutarchus: sicuti
aliquando equis, aliquando mulis, aliquando bobus interdum ui
ris agi solita legitur. Quin Heliogabalum non modo uaria, & mon Lamprid. in uita Heliogab.
struosa animalia, sed etiam feminas nudas curribus iunxisse, ijsq.
ipsum uectum esse, tradunt. Haec porro gestatio in curribus facta
olim Romae inter mulieres in maximis delicijs habebatur: ad tan-
tumq. luxum aliquando peruenit, ut eas ipsa uti senatusconsulto
uetare, coacti sint Romani. cuius rei gratia cum mulieres ira per-
citae inter sese conspirassent, ne qua eorum conciperet, neue pare
ret, atque ita uiros ulciscerentur, Romanos mutasse sententiam,
atque iterum illis curribus uti permisisse, scriptis mandauit Plutar
C chus. In quibus deinceps ne sederent, neue equis per urbes uehe-
rentur, M. Aurelius Antoninus philosophus, matronarum consu-
lens modestiae, denuo prohibuit. Neq. minus apud gymnasticos
haec ipsa gestatio aestimata reperitur: quando, siue ludos, & sacra
certamina spectes, siue medicorum libros perscruteris, in omnibus
ea usitata apparebit. Quis quaeso nescit nona & nonagesima Olym
piade curruum certamen in Olympicos ludos inuectum. Quis igno
rat Synoridas, quibus animas nostras Plato in Phaedro elegantissi
me assimilauit, necnon bigas, quadrigasue curruum genera in pu
blicis sacris frequenter certasse? quod postea studium ita apud Ro-
manos excultum, atque auctum fuit, ut pauca, uel nulla fere publi
ca spectacula ederentur, quin curruum certaminibus honorifica
praemia proposita spectarentur. Ob quae refert Plinius in quadri-
garum certamine, quod Latinarum ferijs in Capitolio celebraba- lib.27.c.7.
tur,

tur, pro praemio uictorem absinthium bibere consueuisse, quasi D sanitatem in praemium dari ualde honorificum arbitrarentur maiores. An uero gratia bellicae disciplinae adipiscendae uectatione in curribus uterentur ueteres, nil certi affirmare audeo. Existimo tamen, quod, cum ab Homeri aetate usque ad Xenophontis tempora, atque etiam posterioribus saeculis perdurauerit mos, ut in bellis e curribus quoq. dimicarent, quemadmodum in equitatione exercebantur, quo fierent bellis gerendis aptiores: similiter & in curribus se exercere consueuisse, ne, cum pugnandum erat, tamquam inexercitati, & diuersorum agendi currus modorum expertes superarentur. Ceterum quod medici gymnastici similem uectationem tam pro sanis conseruandis, quam pro aliquibus aegris curandis in usum receperint, clarissime testati sunt Galenus, Antyllus, Herodotus, atque Auicenna: qui non modo eam inter gymnasticae uerae exercitationes reponendam uoluerunt, immo & febricitantibus (quod paucissimis exercitationibus attributum inuenitur) tamquam maxime commodam celebrarunt. huius etenim quasi duo genera effecisse uidetur Galenus, alterũ in quo homines uecti sedebant, alterum in quo iacebant. atq. utraq. haec raro in urbe, frequentissime per uias, & extra urbem peragebantur. iccirco scriptum est a Plutarcho, Romanos coactos fuisse in Septimontij festo prohibere, ne ea die uehiculo uti liceret, ut urbs, & festi celebratio non relinqueretur. Nũquid autem sani simul, & ualetudinarij in ijsdem uehiculis exercerentur, indicasse mihi uidetur Herodotus, apud quem legitur, febricitantes curribus, qui manu ducuntur, nec non bigis gestari solitos, atque illos a principio per triginta stadia moueri, deinde ea conduplicare; hos a stadijs triginta, aut quadraginta initium ducere, & usque ad spatium altero tanto maius progredi consueuisse. Sanos uero omnibus curribus, & tectis, & apertis sine ullo discrimine usos esse, uerisimile fit: etsi fortasse principes tectis potius, quam detectis uectos credere possumus, quando refert Dion historicus, Claudium Caesarem, dum prospera ualetudine uteretur, caputq. tremulum, & manus, ac linguam titubantes haberet, primum omnium Romanorum uehiculo undiq. obtecto gestatum esse, sicuti Plinius iunior ob oculorũ infirmitatem se aliquando usum illo testatur Epistolarum libro septimo, ita scribens ad Cornutum suum: Pareo collega clarissime, & infirmitati oculorum, ut iubes, consulo. Nam & huc tecto uehiculo undiq. occlusus, quasi in cubiculo perueni. Ex his igitur omnibus cuiq. cognoscere licet, talem exercitationem non minus ceteris

In paed. Cyri.

Oribasius li. 6. c. 25.

2. d tu. ua. cap. 11.

In probl. Rom.

E

F

A ris a gymnasticis probatam fuisse, quippe quos, & non aurigas motuum omnium ex hac gestatione contingentium facultates, & condiciones probe intellexisse, scribit Galenus. quasi haec exercitatio, quemadmodum & aliae, proprios praefectos, aurigas si posideret; insuperq. communi totius artis magistro subijceretur, qui & modum & mensuram, & qualitatem, & tempus in simili exercitatione obseruanda diligenter praefiniret. Habuerunt ueteres multa currruum, aut uehiculorum genera, ut Plaustrum, Esseda, Petoritũ, Arcirnam, Birotum, Cantherinum, Carrucam, Carpentum, Thensam, Cisium, Couinum, Rhedam, Pilentum, Burdones. quae omnia quod rotis agerentur in hoc erant similia; distabant uero modo forma, modo materia, modo magnitudine, modo alijs. At de his non est quod loquamur, cum uectatio omnium fere eadem esset, B & iccirco medici cuncta sub uno Currus genere sint complexi. 2. de tu. ua. cap. 11.

De gestatione in Lectica & sella. Cap. XI.



Ecticam, atque sellam ob commoditatem potius eorum, qui uel senectute, uel morbo impediti ambulare pedibus non poterant, uel ob delicias, quibus semper homines studerunt, inuentam fuisse, quam ob aliud, non desunt qui opinentur: nec forsan sine ratione; quandoquidem nulla apparet probabilior caussa, qua inducti ueteres huiuscemodi instrumenta excogitauerint, quam quod equitare, & pedibus ire nequeuntes, aliquam rem optauerint, qua domo exire, per urbes uagari, iter facere quam commode ualerent; nisi dicamus, Imperatores, Reges, atque Principes ne in faciendis itineribus a sole, a uento, pluuia tempestate, atque similibus offenderentur, lecticas & sellas undiq. obtegi, & retegi aptas inuenisse, quas alij postea diuites luxus, ac uoluptatis, siue commoditatis gratia, & postremo medici gymnastaeq. ad usum hominum sibi ipsis concreditorum traduxerint. utcumq. sit, constat, quos nuperrime dixi medicos, atque gymnastas illas ad exercenda saepe ualetudinariorum, rarius sanorum quoq. corpora usurpasse. Quae uero tam lecticae, quam sellae forma fuerit, nil ita certum habetur, quin dubitare cuiuis liceat; attamen uerisimile est, in ea puluinar, & lectulum stratum fuisse, quo & iacere, & sedere, prout libebat, qui gestarentur, possent. an in ceteris fuerit nostrae dissimilis, uel potius similis; credo non admodum dissimilem exstitisse, nisi quod nostra a mulis, uel equis fere semper gestatur, illa antiquorum ut plurimum a seruis C

sex

sex portabatur, atq. ob id Hexaphoros nũcupabatur, uti ex his uer D
Lib. 6. sibus Martialis perspicuum fit, in quibus Afrum quendam pauperem, & iuuenem deridet, quod lectica gestari uellet.

Cum sis tam pauper, quam nec miserabilis Irus,
Tam iuuenis, quam nec Parthenopaeus erat,
Tam fortis, quam nec cum uinceret Artemidorus,
Quid te Cappadocum sex onus esse iuuat?
Rideris, multoq. magis traduceris Afer,
Quam nudus medio si spatiere foro,
Non aliter monstratur Atlas cum compare mulo,
Quaeq. uehit similem belua nigra Lybin
Inuidiosa tibi quam sit lectica requiris?
Non debes ferri mortuus Hexaphoro.

similiter & ubi Zoilum carpit, quod lecticam sandapilae siue feretro mortuorum similem haberet. E

Lib. 2.
Laxior hexaphoris tua sit lectica licebit,
Cum tamen haec tua sit zoile sandapila.

Lib. 6. Nam ex his liquido intelligere quisq. potest, lecticam fere semper
libro. 1. ad uxorē suā. a sex seruis esse gestatam. (In quem usum Cappadoces Martialis, Germanos Tertullianus adhibitos scribunt) siq. interdum aliquis lecticariorũ numerum augere uoluisset, protinus fuisse notatum, quemadmodum idem Martialis indicauit, ubi Philippum quendam insanum uocat, quod ab octo seruis lectica eius ob quandam diuitiarum inanem ostentationem per urbem gestaretur,

Octaphoro sanus portatur Auite Philippus,
Hunc tu si sanum credis Auite, furis.

Cum itaq. lectica antiquorum ita se haberet, non modo pro sede commoda, uerum etiam conciliando somno dum claudebatur inseruiebat, ut Iuuenalis testatur his uerbis. F

Sat. 3.
Namq. facit somnum clausa lectica fenestra.

tamq. frequens illius erat usus, ut castra lecticariorum, qui solum gerendis lecticis, uel etiam matronis in eis deponendis, ac gestandis, ut est apud Iureconsultos mentio, destinabantur, pluribus in locis haberentur, in quibus & iura ipsis dabantur, & alia in castris fieri solita agebantur, quamquam libertis omnibus lectica per urbem gestari uetitum credam, Suetonij auctoritate inductus, qui Claudium imperatorem Harpocrae liberto lectica per urbem uehendi spectaculaq. publice edendi ius tribuisse scribit. At qui sellam duplicem fuisse tradidit Antyllus, siue potius eius interpres, alteram, in qua sedebant, quae uel cooperiebatur, uel aperta sinebatur,

A batur, & a nonnullis, ueluti a Coelio Aureliano, portatoria sella, ac fertorium dicebatur; alteram in qua iacebant. primam quoq. temporibus nostris uidere licet, cum podagrici, diuites, atq. alij principes delicijs nimis dediti illa quotidie uehantur, qua item uiros magistratum gerentes olim gestari consueuisse, atque inde curulis sellae, in qua tantum sedebatur, nomen emanasse arbitror: secundam, in qua iacebant, non habemus, quod ego sciam, nisi dicamus lecticam nostram illius uicem gerere, atq. ipsis eandem rem significasse lecticam, & sellam iacendo, sedendoue idoneam. Cui sententiae plane subscripsisse uidetur Aetius Amidenus, qui inter gestationes, sellas omittens, solum lecticae duplicis mentionem fecit, eius. s. in qua lecti sedebant, & eius in qua iacebant. Fueruntigitur tum lectica, tum sella instrumenta quaedam, quibus diuites, senes, B & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus a seruis uehebantur, quibusq. medici gymnastici ad exercendos ualetudinis gratia tam sanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim Galenus, Antiochum medicum iam octuagenarium, & in uiuendo solertissimum, si quando longius ire uellet, modo sella, modo uehiculo gestari solitum. Narrat similiter Plinius secundus, auunculum suum Romae sella uehi solitum, ne caeli asperitas ullum studij tempus eriperet. Vnde iudicari potest, senes tam in exercendis seipsis, quam in obeundis priuatis actionibus gestationes in sellis in usu habuisse, perinde ac etiam in languentibus medici easdem usurpasse animaduertuntur, in quibus is modus secundum Herodotum obseruabatur, ut neq. minus quinq. stadijs, neq. plus quam huius duplum similes gestationes producerentur, atq. ita sequenti die ob C seruaretur; tertio uero die quinq. stadia singulis diebus usq. ad triginta stadia addebant. Et ne quis forsan suspicetur, sellam, atque lecticam idem exstitisse, prae ceteris unum Martialem adducere possumus, apud quem obscurum esse nequaquam potest, illas diuersas fuisse, cum ait.

lib. 1. chro. cap. 1.

lib. 3. c. 6.

6 d tu. ua. cap 4.

lib. epist. 3.

Orib. loco citato.

lib. 10.

Lecticam sellamq. sequar? nec ferre recuso
Per medium pugnas, sed prior ire, lutum,

quod similiter his Tertulliani uerbis in libro de pallio cõfirmatur, »Ipsas quoque iam lecticas, & sellas, quis in publico quoque dome- »stice, ac secrete habebantur, eierauere. Iam uero sellarum alias fuisse pelliceas, alias osseas, nonnullas eboratas, aliquas argentatas, ex Lampridio in Heliogabalo certo sciri potest.

De agitatione per lectos pensiles, & per cunas facta, & de Scimpodio Cap. XII.



QVOD agitationem per cunas, & lectulos pensiles, quos duos sub κλίνης uocabulo a Graecis complexos sentio, factam inter gymnasticae exercitationes recensere uelim, forsan aliquis mirabitur, cum hac tempestate cunae solis pueris eblandiendis inseruiant, paucissimiq. sint, quibus medici pensiles lectulos parari iubeant: ueruntamen is mirari desinet, si Galenum, Herodotum medicum, Aetium, & Auicennam diligenter legere placuerit: qui cum huiuscemodi agitationes inter alias corporum humanorum exercitationes adnumerarint, cur a me silentio praeteriri debeant, non uideo. Nam cunas ob pueros potius, quam adultos excogitatas fuisse non equidem diffiteor, sed puto talem motionem interdum uiris cum ad leniendos dolores, E tum ad conciliandum somnum non parum adiumenti praestare posse, ut praeclare scriptum est ab Antyllo, & Aetio, apud quos lectus fulcra mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mea sententia significat, quam cunas ipsas, quas etiam intellexit Celsus, ubi dixit, si ne id quidem est, uni lecti pedi certe funiculus subijciēdus est, atq. ita lectus huc, & illuc impellendus. & si Oribasij interpres nomen κλίνης pro lectica transferre maluerit, & iccirco omnes illos prorsus falli credo, qui in gymnastica medicorū eas nullū usum habere cēseant. Quibus similis quoq. est exercitatio illa puerorū, dū in ulnis a nutricibus gestantur, quae & a medicis, & a Platone pro ipsorum ualetudine mirum in modum probatur. Eadem prope est tam lectulorum, quam balneorum pensilium ratio. quae omnia quoniam ab Asclepiade Prusiense frequēter usurpata apud F Plinium traduntur, ut is infirmorum uoluptatibus ac iucunditatibus inseruiens penes homines auctoritatem adipisceretur, sicuti inuentori suo gloriam, atque existimationem incredibilem pepererunt, ita quoq. utentibus multam utilitatem simul, atque delectationem attulisse rationi consentaneum uidetur; atque inde emanasse, ut posteriores medici similem motum ad exercendos homines comprobarint. quamquam pauci, uel nulli (quod ego sciam) talium instrumentorum formam, ac utendi modum tradiderunt, a quibus certo admoneamur frequentem illorum usum aliquo tempore exstitisse. nisi credamus, antiquos scriptores propterea huiuscemodi res scribere neglexisse, quia uulgatae, & omnibus manifestae essent. Quae temporibus nostris cum a plerisque ignorentur, opere-

Oriba. lib. 6. collec.
lib. 3. c. 6.
7. de repu.
lib. 26. c 3.

A operaepretium me facturum spero, si breuiter, quid sentio, in medium afferam. Nam de lectulis pensilibus, quos primum ab Asclepiade excogitatos tradit Plinius, opinor eos fuisse lectos quosdam paruos modo ex lignis, modo ex aere, modo ex argento (maiores nostros etiam argenteos lectos habuisse scribit Plinius) constructos, qui quattuor angulis funibus ad cubilium laquearia alligabantur, ita ut a terra sublati aliquantulum quasi in aere pendere uiderentur. Balnea similiter pensilia a Sergio Orata, teste Plinio, primum inuenta, non quae supra tecta fiebant, aut concamerata loca, ut uolueruut aliqui, sed nulla alia fuisse credo, quam labra illa uel marmorea, uel aenea, uel lignea ad lectulorum imitationem laquearibus appensa, quo minimo quolibet manuum impulsu alias leniter, alias uehementius agitari ualerent. quod Seneca ad Lu-

lib.26.c.3.

lib.33.c.11.

lib.9.c.53.

B cillum scribens nobis manifestauit his uerbis. Balnearum suspensura inuenta est: ne quid ad lautitiam deesset. His igitur motibus quoscunq. exerceri medici praecipiebant, huic uni potissimum studebant, ut motum citra laborem, lassitudinem ue ullam afferrent: deinceps curabant, ne in exercitatione illa iucunditas desideraretur, quae profecto magna in lectulis, at maxima in balneis reperiebatur, nempe quae praeter suauissimum illum motum, aquae delectationem addebant, dum ea mollissime blandaq. titillatione quadam singula corporis membra tangebant. si namq. balnea pensilia ea fuisse intelligantur, quae supra tecta fierent, quomodo in illis maior illa uoluptas, ob quam secundum Senecam & Plinium excogitata fuerunt, reperiretur, quam in alijs, non uideo. De pensili lecto dixit Herodotus, gestationem in illo tamdiu faciendam es-

C se, quamdiu quispiam in sella gestatus quadraginta stadiorum iter conficiebat. alteri tamen eiusdem auctoris sententiae libentius acquiesco, uidelicet huiuscemodi exercitationem, quanta esse debeat, facile numero definiri non posse. quod non tantum in his, sed & in omnibus alijs sentio ob uarias, ac diuersas aegrotantium affectiones, quibus non eadem ullo modo conuenire posse, omnes uel mediocriter in medica arte periti uno ore praedicant. Lectulo pensili simile aliud instrumentum ueteres habuisse inuenio, quod σκιμπόδιον Graeci, scimpodium Latini eodem uocabulo appellarunt. hoc licet nusquam appenderent, erat tamen uel lectus paruus, uel quid in formam lecti pensilis constructum: atque ipso per urbes, & per uias tam uiri quam mulieres gestabantur, ut Dion historicus demonstrat, scribens, primo Augustũ ac Tiberium in scimpodijs quandoq. uehi solitos, cuiusmodi mulieres tempore suo ge-

ſtabantur, ſecundo quod Seuerus, dum Britanniam obiret, ſcimpo- D dio undiq. obtecto ferebatur. Ceterum qualis huius inſtrumenti figura exſtiterit, haud ſatis conſtat: putandum eſt tamen ſellam fuiſſe ita fabricatam, ut lectum plumeum paruum caperet, ita uinctũ, ut pendere uideretur, in quo ſi non penitus, ſaltim ex aliqua parte, qui ferebantur, iacebant, & undique, ne ab aeris iniurijs laederentur, cooperiri poterant. hoc intellexiſſe meo iudicio uidetur Iuuenalis, cum Criſpinum quendam mordens dicebat.

Sat.1.

Qui dedit ergo tribus patruis aconita, uehatur
Penſilibus plumis, atque illinc deſpiciet nos?

de eodem interpretanda eſt haec inſcriptio quam mihi dedit Aldus Manutius Paulli doctiſſimi, & eloquentiſſimi filius eruditiſſimus, quamq. Parma ad Andream Naugerium olim allatã retulit. E

D. M
L. ÆMILI. VICTORI. QVI. PRIDIE. NATALEM. SVVM
VICESIMVM. ET. SECVNDVM. PRVNA. IN. PENSILI
POSITA. VRGENTE. FATO. SANVM. IPSE. NECA-
VIT. SE. L. ÆMILIVS. VICTOR. PRINCIPALIS. ET
ÆLIA. VENERIA. FILIO. PIENTISSIMO
ET. SIBI

10. Meth. neque aliud ſignificauit Galenus, quando balnea ingrediendi modum hecticis praeſcribens haec ſcriptis mandauit: *ἀρρωστοῦντα βούλομαι κομίζεσθαι μὲν ἐπὶ τοῦ σκίμποδος εἰς τὸ βαλανεῖον*. ideſt, aegrotantem uolo portari in ſcimpodio ad balneum. neque aliud Libanius rhetor in libro de ſua ipſius uita intellexit, dum dixit: cum do- F (lib. 19. c. 10.) miſum, in lecto iaceo; ubi uero in ſchola, in ſcimpodio. ſicut etiam idem intellexit Gellius, ubi ſcribit, ſe Frontonem Cornelium pedibus grauiter aegrum in ſcimpodio Graecienſi cubantem inueniſſe. Patet itaque, non modo ob delicias atque uoluptates a maioribus noſtris lectulos, ac balneas penſiles, nec non ſcimpodia; uerum etiam, & a medicis gymnaſticis ad exercenda ualetudinariorum corpora uſurpata fuiſſe. Quale porro fuerit inſtrumentum illud machinamentum raptorium, & macron ſparton a Coelio Aureliano uocatum, qualiſq. apud eundem recuſſabiiis fera Italica nominata, quibus duobus geſtabatur, nondum mihi plene compertum (lib. 3. c. 6 & lib. 5. c. ul.) eſt, cum a nullo alio auctore ipſorum mentionem hucuſque factam inuenerim. niſi fuerit, ut ſupra diximus, petaurum, uel potius ſit Coelij contextus deprauatus.

De

A *De Nauigatione, & Piscatione.* *Cap. XVI.*

INTER gestationis species, quae plures exercendis corporibus exstiterunt, nauigationem quoq. reposuit Antyllus, quem secutus Aetius, & post eum Auicenna manifeste eam pro exercitatione habitam demonstrat; id quod utrique non tam ab experientia meo iudicio desumpserunt, quam ab antiqua diuini Hippocratis sententia, qua nauigationem & mouere corpus, & perturbare dixit. nisi quod Auicenna nauigationem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates uero eam corpus magnopere perturbare asserit, id quod potius uehementis quam remissi motus argumentum uidetur. Hac nauigationis exercitatione duas praesertim gymnasticas, sed non admodum usas inuenio, medicam scilicet, & bellicam. Medici ea utebantur uel ad aliquorum sanorum habitus conseruandos, uel ad nonnullorum aegrotantium sanitatem comparandam. ad sanos utebantur nauigatione, quod (ut ab Aristotele scriptum est) mare ob placidas aspirationes salubritatem insignem facit, unde nauigantes semper coloratiores exsistunt, quam in paludibus degentes. Ad aegrotos uero, quoniam idem humores putridos, ac nocuos tū uomitu, quem frequentissime insuetis praesertim parit, tum uentis ac uaporibus siccis exsiccare natum est. quare dicebat Auicenna nauigationem leprae, hydropisi, apoplexiae, stomachi frigiditatibus, nec non inflationibus eiusdem magnopere prodesse. Plinius uero & phtisicis, & sanguinem excreantibus adiumentum afferre Annaei Gallionis post consulatum ita curati exemplo testatus est. qui item ab huiuscemodi affectis Aegyptum peti non ob terram ipsam, sed propter nauigandi longinquitatem censuit; ut etiam eius Nepos Plinius secundus Zosimum libertum sanguinem reiectantem eo se misisse, & confirmatum a ualetudine rediisse narrat. quamquam auctor ille nomine Plinij falso inscriptus in lib. 1. de re med. senserit phtisicis utilius esse in saltibus morari, ubi pix nascitur, quam in mari nauigare, & marina loca uisitare. quod etiam traditum est a Marcello medico. nam & Galenus 1x. de simpl. medic. ubi de terra Samia loquitur, memorat, multos pulmone ulceratos Roma ob id in Libyam profectos annis aliquot inculpatos uixisse, postea uero morbum recruduisse, ubi non pari cura uiuebant. Modus in nauigatione ualetudinarijs obseruatus sic ab Herodoto describitur, quod a sexaginta stadijs incipiebant, & in duplum horum desinebant. Porro nauigationis plures fuerunt differentiae, quando aliae

Marginal notes: 4. Aph. 14. — (B) — 1. partic. Prob. 54. — 3. 1. doc. 2. cap. 2. — lib. 31. c. 6. — (C) — lib. 5. epist. — Cap. 6.

in mari, aliae in fluminibus, aliae in magnis, aliae in paruis nauibus, aliae remis, aliae remulco aliae uento aut uehementi, aut placidiore fiebant. De nauigatione per flumina traditum est a Plutarcho, eam minus nauseam producere, quam mare, quod tã odor, quam timor e maris adspectu proficiscentes corpora perturbant, atque sic uomitum cient, quae res a fluminibus minime contingit. contra Coelius Aurelianus in inueteratis capitis doloribus ceteris praetulit longam per maria nauigationem, quoniam (ut ipse inquit) fluminales, uel portuosae nauigationes, nec non stagnorum, incongruae iudicantur, nimirum quae caput terrena exhalatione humectantes infrigidant, maritimae uero latenter, atq. sensim corpus aperiunt, & salsae proprietatis caussa corpus adurunt, atque eius habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymnasticos medicos nauigationis usus, quam pariter bellicae studiosos amplexos fuisse diximus; quandoquidem Naumachiae illae, quae a Romanis in circo uel aliquo terrae sinu prope Tiberim manu facto tali exercitationi designato repraesentabantur, fuerunt quidem ad populum oblectandum secundum aliquos praecipue institutae, quales illae quas ab impurissimo Heliogabalo in Euripis uino plenis interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabile est quoq. apud me, huic summopere illas inseruisse, ut in ipsis ad naualium pugnarum disciplinam acquirendam milites exercerentur. atque ad hoc existimandum ea ratione potissimum adducor, quod Romani, Polybio referente, primo bello punico Carthaginiensib. mari bellum indicturi milites in nauali disciplina exercuerunt. sicuti etiam scribit Suetonius, Augustum, dum contra Pompeiũ pugnaturus esset, in portu Iulio apud Baias a se effecto milites in nauali exercitatione tota una hieme detinuisse. ut hinc clarũ esse possit, Romanos exercendis copijs suis tam mari, quam terra operam semper dedisse, atq. huius studij gratia naumachias instituisse, & non modo pontem naumacharium ea ratione nuncupatum, quem concrematum ex larice in Raetia caeso Tiberium refecisse scribit Plinius, habuisse, uerum etiam locum peculiarem, cuius uestigia adhuc manent, quemq. tempore Naumachiae tanta aqua replebant, ut mare quoddam uideretur, sicuti uenustissime Martialis demonstrauit, ubi naumachiam a Domitiano imperatore editam hoc carmine descripsit.

In lib. de caussis na.

lib. 16. c. 3

lib. 1.

Si quis ades longis serus spectator ab Oris,
Cui lux prima sacri muneris ipsa fuit,
Ne te decipiat ratibus naualis Enyo,

Et

A *Et par unda fretis, hic modo terra fuit,*
Non credis? spectes dum laxent aequora Martem,
Parua mora est, dices, hic modo pontus erat.

Sed ne frustra in superioribus dixisse uidear, gymnasticam medicinam atq. bellicam praecipue nauigationis exercitium habuisse, illud unum sciri uolo, in ludis quoque, quos athleticae partem esse ostendimus, aliquando similem exercitationem locum habuisse, at propter ingentem apparatum necessarium raro fieri consuesse: quod enim Virgilius de Ænea in Anchisae funere, una cum ceteris ludis naumachiam celebrante finxit, aut uerum exstitisse, aut non sine ueri imitatione credendum est, quandoquidem alij ludi, qui ibi facti a Poeta pinguntur, si ueri non fuerunt, saltem uerorũ imitationes fuisse, nemo negabit. Inter nauigationis species piscatio non sine nauigijs facta similiter ab auctoribus adnumeratur, atque apud Plautum exercitationis gymnasticae uicem subijsse uidetur, cum in Rudentis fabula piscatores ita loquantur, (5. Aen.) (B)

Ex urbe ad mare huc prodimus pabulatum,

pro exercitio Gymnastico, & Palaestrico hoc habemus. quae tamen piscatio cum a Platone improbata sit, quod neq. animus, neque corpus in ipsa exerceatur, iuremerito eam tamquam nulli utilem omnes fere gymnastici reiecerunt, nisi quod Galenus ipsam inter exercitationes, quae simul opera sunt, reposuisse uidetur, sicut & Auicenna ingredientem piscatorias naues debiliter exerceri censuit, quorum sententias duabus de caussis infirmas reputare debemus, tum quia neuter eorum explicate, quid boni afferat piscatio, declarauit, quasi exercitationem huiuscemodi non admodum probarent, sed communem potius quandam sermonis consuetudinem sequerentur; tum quia ipsemet Galenus piscatorum habitus duros atq. aridos esse dixit. cuius ariditatis ratione Aristoteles piscatores marinos pilis rufis praeditos esse antea scripserat. unde medici qui bonum habitum corpori exercitationibus acquirere student, quomodo durum & aridum efficere piscatione uelint, non uideo; praeter quam quod cunctae prope piscationes sub sole, & in locis saepe malo aere plenis peraguntur, una excepta maritima: ut his omnibus credere cogamur, piscationis laborem medicos parui aestimasse. Neq. tamen defuerunt Imperatores, qui exercitationis cuiusdam gratia interdum piscarentur, ceu de Caes. Augusto scriptum est a Suetonio, & de Alexandro Seuero a Lampridio, de quo ita scribit: Vsus uiuendi eidem hic fuit, primum ut si facultas esset, idest si cum uxore nõ cubuisset matutinis horis in lario suo, in quo (In sophist. &.7.đ leg.) (2.đ tu. san. cap. 8.) (C) (6 đ comp. med. sm l. 38. partic. prob. 2.)

& diuos principes, sed optimos electos, & animas sanctiores, in queis & Apollonium, & quantum scriptor suorum temporum dicit Christum, Abraham & Orpheum, & huiuscemodi deos habebat, ad Maiorum effigies sacra faciebat. Si id non poterat pro loci qualitate uel uectabatur, uel piscabatur, uel deambulabat, uel uenabatur. Haec Lampridius. Quid autem fuerint piscatorij ludi, qui quotannis mense Iunio trans Tiberim a praetore urbano pro piscatoribus Tiberinis, auctore Festo, agebantur; nondum ita certus sum, ut tuto affirmare queam, athleticam gymnasticam, cuius ludos fuisse diximus, piscationis exercitium habuisse. D

De Natatione. Cap. XIV.



MAGNA & fere incredibilis apud ueteres fuit semper natationis existimatio, tantumque per plura saecula illius usus uiguit, ut non minus pueri natandi artem, quam prima litterarum elementa edocerentur. quo tempore cum nulla maior ignorantiae nota inuri posset, quam dum aliquis nec litteras, nec natare scire dicebatur, factum fuit, ut posteriores illud in prouerbium contra bardos, & prorsus inertes continuo receperint, adhucq. ita loquendi consuetudo permaneat, quando natandi peritia si non eosdem honores obtinet, quibus anteactis saeculis afficiebatur, saltem nec penitus neglecta, nec inutilis iacet. Ratio enim, qua impulsi maiores nostri natandi scientiam tāti fecerunt, haec una iudicio meo exstitit, quod primis illis temporibus apud respub. quascumq. uiri fortes prae ceteris, ut scribit Aristoteles, honorabantur, quasi ab his solis & ciuitatum salus, & imperij propagatio penderet: & ob id quisq. uel saltem maior nobilium, atq. etiam aliorum pars comparandae fortitudini usque a primis incunabulis incumbebat. Quocirca, ut in naualibus quoque pugnis, quae tunc frequentius committebantur, in transeundis uadis, ac fluminibus homines nandi arti confisi pericula magis euadere possent, minusue formidarent, (quando saepenumero milites mare ingredi coacti ob nandi ignorantiam suffocabantur, quemadmodum exercitui Cyri euenisse memoriae prodidit Xenophon) sicq. fortiores inter aquarū pericula fierent, natationis peritiam extulerunt; qua etiā ratione Romani ueteres, ut Vegetius scribit, quos tot bella, & continua pericula militarem disciplinam docuerant, campum Martium Tiberi uicinum delegerunt, in quorum altero armorum exercitationes inirent, in altero sudorem, pulueremq. diluerent, ac simul E F

Sect. 27. Prob. 5. & 2. Rhe. c. 4

De Cyri minoris expedi.

lib. 1. de re mili. c. 10.

mul

A mul natare perdiscerent; ut his rationibus, ac Vegetij auctoritate
facile sit iudicatu, militarem gymnasticam natandi exercitatione
non caruisse. Ceterum posteriori tempore non modo natatio ob
dictas rationes usurpata reperitur: uerum etiam ob ualetudinis con
seruationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis
gymnasticis ipsam probatam fuisse Antyllus testatũ reliquit. quod
item sensisse uidetur Galenus in primo ad Glauconem, ubi labo-
rantibus tertiana febre concedit, ut ungantur, & balneum ingre-
diantur, ibiq. madefiant, &, si uelint, etiam natent. Quod enim na
tatio exercitationis loco habita fuerit, praeter Oribasij auctorita- 7. collec.
tem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, & a lauatione de
qua libro postea decimo fusissime scripsit separantis, ipsa quoq. ra
tio persuadet, nempe quia in huiuscemodi motione insigniter uni
B uersum corpus & mouetur, & laborat, ut Aristoteles aliquando 23. partic.
eam cursui comparare non ineptum duxerit, Galenusq. pueros Prob. 3.
temporis sui in aquis γυμναστικὰς παιδιάς facere consueuisse scri- 4. De locis affect.
pserit. Quo pacto uero similis exercitatio perageretur, tamquam Oribasius
res uulgatissima silentio praeterita fuit fere ab omnibus, uno exce- lib. 6. c. 27.
pto Antyllo, qui nataturos prius moderate unxisse, & frictione
corpora praecalfecisse, deinde e uestigio in aquam se proijcere de-
bere uoluit, quasi omnes sanitatis gratia natantes eas regulas obser
uarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud
auctores obseruaui, aliquando in ipsis gymnasijs, siue priuatis bal-
neis, aliquando extra esse factam. In gymnasijs adhuc duobus mo-
dis natabant, uel in piscina, quam in frigidario fuisse superius de-
monstrauimus: (tametsi piscinas apud Varronem, & alios Latinae
C linguae auctores proprie loca piscibus alendis, & saginandis dicata
significare credatur) uel in labris illis amplis, quae adhuc Romae ui
suntur. Quod in piscinis, quae in frigidario thermarum aedificatae
erant, quasq. thasio lapide aliquando circũdatas fuisse tradit Sene-
ca, natarent, omnium clarissime ostendit Caecilius Plinius, qui in Epist. 7. &
Epist. lib. 2. uillam suam exactissime depingens de balneis eius ita 13. lib.
scribit: Inde balnei cella frigidaria spatiosa, & effusa, cuius in con- »
trarijs parietibus duo baptisteria ueluti eiecta sinuantur, abunde »
capacia si innare in proximo cogites, adiacet unctorium, hypocau- »
stum, adiacet propnigeum; balnei mox duae cellae magis elegan- »
tes, quam sumptuosae. Sed hoc clarius explicat lib. 5. ubi Tuscos suos »
describens inter cetera haec habet: Inde apodyterium balnei la- »
xum, & hilare excipit cella frigidaria, in qua baptisterium amplũ, «
si natare latius, aut tepidius uelis. Ex quibus omnibus satis apertum «

est, in gymnasijs siue balneis ueteres nare solitos, atq. in frigidarij D baptisterio alias piscina uocata, de qua mentionem fecit Tertullianus in lib. de baptismo, & de qua existimo locutum Galenum dum in 7. Methodi siccitate uentriculi laborantes curandi rationem edocēs magis laudat lotionem in balneo factam ἐν ταῖς κολυμβήθραις. idest, in piscinis natando institutis, quam ἐν τοῖς μικροῖς πυέλοις. quamquam etiam piscinam interdum in area gymnasiorum aedificatam credo, ut testatur Plinius loco nunc citato, in quo post dicta » uerba ait. In area piscina est: & ante Plinium Martialis, qui libro. 5. Ligurini cuiusdam insulsi importunitatem describens dixit,

In thermas fugio, sonas ad aurem,
Piscinam peto, non licet natare.

ni uelimus Martialem potius de publica piscina locutum esse, quā fuisse Romae, ex multis, & maxime ex Regionum fragmento sub E porticu Capitolina intelligere possumus, ubi Vici publicae piscinae » clara mentio habetur, de qua ita Festus Pompeius. Piscinae publi- » cae hodieq. nomen manet, ipsa non exstat, ad quam & natatum, & » exercitationis alioqui caussa ueniebat populus: unde Lucilius ait, » Pro obtuso ore pugil, piscinensis res est. De huiuscemodi piscinis scriptum est a Dione Maecenatem omnium primū in urbe aquarum calidarum natatoria instituisse. Quod uero in labris illis similiter natarent, uel saltem natantium instar mouerentur, conijcio cū ex magnitudine labrorum, tum ex uerbis Galeni in 1. ad Glauconem, quando in tertianae curatione natationem in aqua commendat: quod de piscinis gymnasiorum nequaquam intelligi debet; tum ex Coelij Aureliani uerbis, qui in capitis dolore atque etiā in arthriticis curandis natationem minime sub dio factam, nec non F feruentem, atq. etiam frigidam probans, duo demonstrat, primum in locis clausis & etiam apertis, qualis erat areae piscina, alterum tā in aqua calida, quam frigida natari solitum, unde elicio natationē feruentem solum in labris factitatam. ꝙ si Plinius in locis paulo ante citatis piscinae calidae mentionem fecit, sub hisce uerbis, Cohae- » ret piscina calida mirifice ex qua natantes mare aspiciunt, de calefa- » cta ui solis, & maritimo situ potius quam de ferue facta ab igne, ut intelligit Coelius, uerba fecisse uidetur. Quae extra gymnasia, siue priuata balnea efficiebatur natatio, modo in fontibus latissimis, modo in lacubus, modo in fluminibus, modo in ipso mari agebatur, de quibus sermonem habens Aristoteles, dixit, melius in mari, 23. partic. Prob 12. & 14. quam in fluuio natari, diutiusq. ibi moram trahi, quoniam ueluti mare aquae suae corpulētia crassitieq. maiora, quam dulces aquae susti-

A ſuſtinet onera, ita facilius corpora hominum eleuata tenet, & conſequenter minus illa penetrare poteſt, cum dulces aquae ob tenuitatē ſuā citius & leuius illabãtur. Extra balnea quoq. apud aliquas nationes loci peculiares nando conſtruebantur, & ideo κολυμβῆθραι uocabantur, ſicuti legitur apud Ioannem Euangeliſtam de Ieſu Caeco, dicente, ὕπαγε, εἰς τὴν κολυμβήθραν τοῦ σιλωάμ, καὶ νίψαι ubi natatoriam Siloe antiquus interpres tranſtulit. Itaq. natationē arcendis morbis, ſanisq. corporibus exercendis & conſeruãdis uſitatam fuiſſe, iam ſatis patet: quando item Ariſtoteles ſcripſit natantes in mari ſalubriter exinaniri. uerumtamen illud animaduerti uolo, plerumq. ob delectationem, & ad ardores & ſiccitates temperandas homines natare conſueuiſſe, cuius gratia in aeſtate dumtaxat natari ſolitum fuit. Cap. 9.

B

De Venatione. *Cap. XV.*



PRAECLARISSIMA extat Galeni ſententia, ex omnibus corporum exercitationibus eam proculdubio utiliſsimam uideri, quae nedum corpus fatigare, uerum etiam animam oblectare ualeat, & iccirco ſapientiſſimos illos haberi debere, qui in uenatione eam exercendi corpora formam inuenerunt, in qua mirifico quodam modo labores uoluptate, quaſiq. laudis cupiditate ita temperantur, ut facile iudicari non poſſit, maior ne ſit corporis, an animi motus. Accedit huic, quod natura ipſa, quae animalia cuncta hominis cauſſa produxit, uenationem quaſi praecipere, & acceptam habere, ut ſcripſit Ari- In lib. de ludo paruę pilæ. 1. Polit.
C ſtoteles, uidetur, quum in ipſa proprias poſſeſſiones acquirere conetur, ſpectaculumq. nullo ſcelere contaminatum exhibeatur, ſed ſimul & corporis robur, & animi uigor augeatur. Ex quo nemo nō uidet, quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus, ijsq. ualidis, & ſanis conſeruandis uenationē tantopere aeſtimarunt, cuius nimirū ſtudio antiqui illi medicinae parentes Chiron, Machaon, Podalirius, Aeſculapius uſqueadeo, ſicut refert Xenophon, arſerunt, ut non minus in ea laboris, quam in artibus, in quibus ualde excellebant, ſibi impendendum quotidie putarent. Neq. uero ſolam medicinae gymnaſticam huiuſcemodi exercitationem, ſed bellicam quoq. & athleticam recepiſſe, probaſſeq. credendum eſt; ſi quidem uel delectationem, & gloriam, quarum gratia athletae laborabant, uel militarem peritiam & fortitudinē, quibus bellicae gymnaſticae exercitatores inuigilabant, ſi ſpectemus, In libro de ven.

cumu-

cumulatissime omnes in uenationis exercitio reperiuntur, atque D
in eo praesertim, quod non in auibus decipiendis, sed in terrestribus
animalibus sine dolo capiundis laboriose uersatur, de quo magis
nostram hanc tractationem intelligi debere uolumus. Et ne sine il-
lustrium auctorum testimoniis hanc sententiã audacter nimis pro-
ferre uidear, quomodo unaquaeq. gymnastica uenandi exercita-
tione usa sit, iam inceptam uiam insequens demõstrare conabor.
Quod enim illa bellicae fortitudini assequendae maximum adiu-
mentum praebere putaretur, locupletissime testatũ fecit Plato, qui
postquam in Thaeeteto, & 7. de legib. uenandi disciplinam in tres
species, aquatilium scilicet, uolatilium, & terrestriũ animalium di-
stinxisset, improbatis aliis duabus pro iuuenũ educatione, de terre-
» striũ uenatione in fine 7. de legib. ita cõcludit. πεζῶν δὴ μόνον θή-
» ρευσίς τε, καὶ ἄγρα λοιπὴ τοῖς παρ ἡμῖν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν τῶν εὑδόντων E
» αὖ, κατὰ μέρη νυκτερεία κληθεῖσα, ἀργῶν ἀνδρῶν. οὐκ ἀξία ἐπαίνου, οὐδ'
» ἡ τῶν διαπαύματα πόνων ἔχουσα ἄρκυσί τε, καὶ πάγαις, ἀλλ' οὐ φιλοπό-
» νου ψυχῆς νίκῃ χειρουμένων τὴν ἄγριον τῶν θηρίων ῥώμην, μόνη δὴ πᾶσι
» λοιπὴ καὶ ἀρίστη ἡ τῶν τετραπόδων, ἵπποις, καὶ κυσί, καὶ τοῖς ἑαυτῶν
» θηρεύσωμασιν, ὧν ἁπάντων κρατοῦσι δρόμοις, καὶ πληγαῖς καὶ βολαῖς
» αὐτόχειρες θηρεύοντες ὅσοις ἀνδρείας τῆς θείας ἐπιμελές. idest, Solũ
» itaque terrestrium uenatio, capturaue, athletis nostris reliqua est,
» atque harum, quae dormientia animalia peculiari uocabulo no-
» cturna uocata persequitur, segnibus conuenit, nullamq. meretur
» laudem, sicuti nec illa, qua laborum intermissiones habens retibus,
» & laqueis non laboriosi animi uictoria ferarum robur euincere co
» natur. unde solam illam optimam esse relinquitur, in qua homines
» quadrupedia equis, canibus, & propriis corporibus uenãtur, quos F
» omnes superant illi, qui fortitudinis diuinae possessionem curantes
» propriis manibus currendo, feriendo, & iaculando uenationi ope-
» ram nauant. Ex quibus uerbis clare patet, quantum Plato in com-
paranda fortitudine bellica diuina ab ipso nũcupata, uenationem
dixerit exercitatoribus militaribus conferre. quos quomodo ipse
sub ἀθλητῶν nomine comprehendat, superius indicauimus. Euidẽ-
tius, quam Plato, locum hunc explicasse uidetur Xenophon, qui
» de Cyro in eius paedia ita scriptum reliquit: τῆς πολεμικῆς δὲ ἕνε-
» κα ἀσκήσεως ἐπὶ θήραν ἐξῆγεν, οὕσπερ ἀσκεῖν ταῦτα ᾤετο χρῆ-
» ναι, ταύτην ἡγούμενος καὶ ὅλως ἀρίστην ἄσκησιν πολεμικῶν εἶναι, καὶ
» ἱππικῆς δὲ ἀληθεστάτην. idest, Exercitationis autem bellicae gra-
» tia eos ad uenationem educebat, quos haec exercere oportere exi
» stimabat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum opti-
mam,

A mam, & equeſtris uerißimam. Quo in loco nemo non uidet, quam aperte uenationem ad exercitationem bellicam omnium maxime conducere cenſuerit. unde poſtea in lib. de uenatione iuuenes ad capeſcendam hanc exercitationem duabus praecipuis rationibus adhortatur; tum ꝙ corporibus bonam ualetudinem comparat: tum ꝙ eos ad bellum maxime inſtituit, ſtrenuosq. milites, & ceteris rebus agendis idoneos reddit. At Ariſtoteles non tantum bellicae exercitationi uenandi ſtudium conducere uoluit, quinimmo illud ipſius partem manifeſta oratione fecit: ut nulla amplius dubitatio ſuperſit, quin inter ceteras militari gymnaſticae inſeruientes exercitationes uenatio quoq. locum obtinuiſſe debeat. Quod uero nec athletica profeßio huiuſce generis exercitio caruerit, uenatio-
B nes in amphitheatris ab Imperatoribus ſaepenumero repraeſentatae & apud Latinos ſcriptores mirum in modũ celebratae demonſtrant: quae licet ab hac noſtra multum diuerſae fuiſſe appareant; illius tamen ſpeciem praeſeferebant, nempe cum beſtiarij, atq. alij mortis ſupplicio condemnati eo prorſus modo aduerſus feras uſq. ad alterius interitum (ut refert Suetonius) contenderent, quo uenatores contra minus immanes belluas pugnare conſueuerunt. De medicorum gymnaſtica, quod ſcilicet uenationem ualetudini, & bono corporis habitui comparandis, tuendisq. probarent, nemini non conſtare arbitror, quando, praeter Xenophontis ſententiam citatam, praeter Galeni auctoritatem, qui inter exercitationes corpori ſanitati inſeruientes eam repoſuit, ludoq. paruae pilae in hoc ſolum inferiorem fecit, quod maiori apparatu indigeat, propterea
C nec artificibus nec ciuilibus negotijs implicitis conueniat; praeter iuniorem Plinium, qui uenatione corpus ſanum conſeruaſſe inſinuat, praeter aliorum argumenta, unum Razis Arabis medici eruditißimi teſtimonium ſufficere poteſt, apud quem legitur, contigiſſe in quadam peſte, ut, dum omnes fere perirent, ſoli uenatores ob ſummam ualetudinem aßiduis exercitationibus partam incolumes euaſerint. ne ſilentio praetereã Lacedaemonios, a quibus olim ad cenam Dionyſius Syracuſanus acceptus, ſe cibis appoſitis delectari negauit. cui ſtatim reſpondit coquus, ideo illud eueniſſe, quia nec in uenatu, nec in curſu laborauerat, & ideo ſiti & fame carebat, quibus Lacedaemoniorum epulae condiebantur. Itaq. mirari nullo pacto debemus, ſi Mithridatem, quem uſq. adeo ſanitatis, & uitae ſtudioſum fuiſſe ſcimus, uenationi ita auide operam dediſſe legimus, ut ſeptem annis, neq. urbis, neq. ruris tecto uſus ſit. Ergo manifeſtum cuiuis iam eſſe poteſt, quantum in exercendis pro ualetu-

lib. 1. poli. cap. 5.

2 de tuen. ſan.

In libro de ludo paruae pilae.

lib. 5. epiſt.

in. 30. contract. 13. c. 3.

letudine corporibus uenatio apud ueteres aestimata fuerit. cuius D
cum multae essent species, quarum aliae retibus, aliae laqueis, uisco, & aucupijs, aliae carniuoris, & rapacibus auibus, aliae canibus, sagittis, uel puris, uel tinctis; quas ideo Gallos uenatores helleboro inficere consueuisse tradit Plinius, quia circumciso uulnere caro tenerior sentitur: aliae armis modo in uolatilia; modo in terrestres belluas peragebatur: illas uenationes aptiores existimatas arbitror, in quibus homines tam pedibus euntes, uel currentes, quam equis uecti feras canibus, & armis insectabantur; nempe quas tum corpora magis exercere, tum sensus omnes acuere, tum maiorem animis uoluptatem afferre nemo negarit. Eam enim uenationem, quae cum accipitribus & asturibus aduersus aues hisce temporibus exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo; quod, licet Aristotel. memoriae prodiderit, in ea Thraciae parte, E
quae olim Cedropolis uocabatur, homines societate accipitrum per paludes aucupari consueuisse; nihilominus genus illud uenationis nostrae ualde dissimile fuisse uidetur; quandoquidem illi ipsi lignis, quae manibus tenebant, arundines & fruteta mouebant; unde aues ob strepitum excitatas euolantesq. accipitres desuper insectabantur, quorum metu aues perculsae terram repetebant, ibique percussae baculis a uenatoribus capiebantur, & earum partes accipitribus distribuebantur; nostrum uero accipitribus, atque asturibus edoctis peragitur. quod antiquos ignorasse & Constantini Imperatoris aetate inuentum esse, insinuat Iulius Firmicus: sicut etiam ignorarunt eam uenationem, quae canibus arte quadam instructis, & retibus aduersus qualeas, perdices, & fasianos exercetur. Sed de his satis. F

lib. 25. c. 5.

9. de his. aīaium. c. 36.

Explicit Liber Tertius.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER QVARTVS

De ratione agendorum, & de exercitationis usu. Cap. I.

CVM gymnasticae originem, eiusq. species, & specierum (ut sic dicam) species ab antiquis traditas, ac in usu habitas, iam clara, quantum conceditur, effecerimus, ad perficiendum tractationis nostrae instituta relinquitur, prius uniuersales, communesue exercitationum omnium regulas tradere, quarum ductu non modo singula cognoscere, uerumetiā uti unusquisq. possit: deinceps ad particularia & magis propria transeundū erit, ut in singulis exercitationibus, quid boni, & quid mali resideat, faciliter pernoscere, & cognitum partim amplecti, partim effugere ualeamus. Fuisset profecto inanis prope labor, ac uanum studiū exercitationes usq. adeo apud ueteres celebratas peruestigasse, nisi etiam utilitates, & commoda, quorum gratia totam gymnastam & condiderunt, & in quotidianum medicorum usum eduxerunt, perspecta & clara haberent illi, quibus haec nostra lectitare, ijsq. ad sanitatis profectū non oscitanter uti placuerit. Atq. in hoc ideo magis mihi elaborandum esse censeo, quoniam Galenus Hippocratis atque Platonis placita secutus in omnibus quidem artibus, sed praesertim in medicina uniuersales methodos parum iuuare clamat, nisi particularium tractationes, ac indiuiduorum speculationes accesserint, quibus tum res communi methodo inuentae certius confirmentur, tum earum similitudines ac dissimilitudines, unde omnis humana deceptio, ut in Phaedro scripsit Plato, principium sumit, probe discernantur. Hanc igitur ab antiquis philosophis, atque medicis laudatam uiam incedētes, tractandorum omnium ab ipsius exercitationis natura initium capiemus: quam cum definierimus motum quendam corporis esse, atque omnem motum necessario differentiae nonnullae sequantur, nimirum uehementia, remissio, celeritas, tarditas, & similia: & praeterea in quouis motus localis genere corpus quod mouendū est, locus ubi moueri debet, tempus in quo moueatur, ac ipsius motus mensura, atque modus ex necessitate requirantur, confutatis eorum, qui de exercitationibus male senserunt, opinionibus, primo differentias illas exercitationem conse-

consequentes declarabimus: secundo, quae sint corpora exercitationibus apta, & quae inepta, demonstrabimus: tertio, qualis esse debeat locus, ubi illi exercitationibus operam nauare debent, qui uel confirmandae, uel conseruandae ualetudini student: quarto, quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habeatur; sicuti namq. corpora omnia non omnem exercitationis speciem perferunt, ita similiter non quiuis locus, nec quodlibet tempus cuicũque aptantur. Sed, quia imperfecta haec tractatio remaneret, nisi mensura exercitationis praescriberetur, ideo quincto subiungam, quantum exercendum sit. Addam & sexto modum, quo exercitatio adiri debeat, atque sic ad particularium exercitationum qualitates examinandas descendens nihil relinquere conabor, quod in hac materia iure desiderari queat, & quod ab Hippocrate, siue Polybo pro laboribus, aut exercitationibus tractandis cognitu necessariũ positum fuerit. Sed hoc antequam aggrediar, illud prius hoc in loco praefandum esse iudico, ea omnia, quae in hoc quarto uolumine tradituri sumus, tanti in uniuerso exercitationum negotio momenti exsistere, ut, ijs uel ignoratis, uel neglectis, exercitationes detrimenta potius, quam commoditates ullas inferant: innumerae quando quidem exercitationes, ut praeclare scriptum est a Galeno, opportune ac prudenter administratae errores tum naturae in corporis temperie factos, tum hominum in uictus ratione commissos emendare, prorsusq. delere natae sunt, ueluti M. Tullio contigisse fertur, quem mala stomachi ualetudine affectum opportunis, ac numeratis exercitationibus ita corporis sui habitum roborasse scribit Plutarchus, ut ad multa magnaque certamina se ualidum reddiderit. Contra, si eaedem temere nullaq. opportunitatis ratione fiant, non modo optimas corporis a natura constitutiones tributas corrumpunt, & interdum prorsus destruunt: uerumetiam plurima, ac saeuissima morborum genera latenter inducunt. quo fit, ut, qui exercitationibus moderate, & opportune peractis uitam sanam traducere, nullisq. medicamentis indigere possent, ijdem ob exercendi negligentiam quasi perpetua infirmitate crucientur, assiduisue medicamentis opus habeant.

D E F

[Margin notes: 1. de dieta. — 2. d tuua. cap. 7. & lib. de cibis bo. & mat. suc. — In eius uita.]

Con-

A *Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis damnabant, & de exercendi necessitate, ac commoditate. Cap. II.*

SI igitur tales, tantaeq. exercitationis utilitates exsistunt, magnopere coarguendi sunt, qui de corporibus exercendis prauas omnino, atque humano generi noxias sententias disseminare non erubuerunt. Hos etenim in tres sectas antiquitus partitos, esse scribit Galenus, quorũ alii quascũq. exercitationes ueluti sanitati potius noxias, quam utiles penitus sustulerunt; Alij neminem exerceri uetandum uoluerunt; Alij media quadam uia incedentes assuetos solum exercendos iudicarunt, inassuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita & recensere, & refutare operaepretium duco, ne si uel taceamus, gratis eos reprehendere uideamur, uel si irrefutata dimittantur, aliquibus arrideant, & tãquam sanitati cõducentia interdum accipiantur. Erasistratus itaque, Praxagorae, & Chrysippi in medicina successor, necnon Asclepiades Prusiensis magnae auctoritatis medicus inter alias absurdas, quas habuere de remedijs opiniones, medicamentorum fere, & sanguinis missionis usum in infirmis abrogandum crediderunt, in sanis exercitationes corporis nihil ad bonam ualetudinem conferre statuerunt, atque ad hoc postremum afferendum pluribus rationibus adducti fuerunt. Prima erat, quod sanitas in humorum omnium iusto temperamento collocatur, humores uero gignuntur, & in moderatione retinentur ex ciborum moderata sumptione, & concoctione, concoctio uero quaelibet quiete, ut indicat somnus, magis perficitur, a motu qualis est exercitatio, impeditur, & non raro corrumpitur, unde ipsa deprauata necessario humorum harmonia, & ideo ipsa sanitas destruitur. Altera ratio erat, quod omnis exercitatio laborem sibi adnexum obtinet, labor sicuti naturae nostrae quodammodo inimicus apparet, ita quoque iucunditatem, & dulcedinem, quibus numquam sanus homo priuari debet, e medio tollit, atque sic sanitati potius obest, quam prosit. Tertia ratio erat, per eadem sanitatem praesentem conseruari, per quae amissa recuperatur, unde cum deperdita sanitas per quietem, & non per exercitationem reparetur, per eandem etiam, & non per motum ullum conseruatur. Quarta ratio erat, ab exercitatione nimis calorem augeri, & consequenter natiuum humidum exhauriri, quae duo sanitatem corrumpere, & non conseruare nemo dubitat, cum ipsa in moderato calore & in commensurato natiuo humido

Margin: B (at "censere"); C (at "cat somnus"); 5. de tu. ua. cap. II.

mido tota consistat. addebant insuper, multos diu in carceribus detentos sanam uitam traducere, qui nullo pacto exercitationibus uacare possunt, atque inde apparere sanitatem absque exercitationibus consistere. Tot igitur rationibus inducti medici illi exercitationes corporis sanitati nullo pacto conferre & crediderunt, & ceteris persuadere conati sunt. sed eos uehementer aberrasse, omnes plane confitebuntur, si & exercitationis necessitatem, & naturam, utilitatemue penitus considerare uoluerint. Nam cum a corporibus nostris continuo effluant corpuscula, quae nisi instaurarentur, uitam facillime perderent, ideo cibo, quoad uiuimus, ut effluentes partes regenerentur, semper opus habemus; cibus autem, quantumuis opportunus, & inculpatus eligatur, numquam ita in substantiam membrorum conuertitur, quin excrementa inutilia remaneant, quae nisi continuo foras truderentur, haud difficile foret, aliquo temporis tractu usque adeo accumulari, ut calorem naturalem suffocarent; quod praeuidens sagax natura meatus, ac uias multas illis expurgandis parauit. quae proculdubio cunctis exinaniendis cũ non sufficiant, exercitatione indigemus, ut ea per motum attrita alias sudoribus, alias sensibilibus, & insensibilibus exspirationibus a nobis separemus. alioqui si otio, & torpore huiuscemodi excrementa retineantur, periculum est, ne innumerae morborum exitialium species generentur. & iccirco praeclare Socrates apud Platonem in Theaeteto dixit, habitum corporum ab otio, & quiete destrui; ab exercitationibus uero, & motibus conseruari; quod forsan ex eo Hippocratis oraculo didicerat, ubi sanae uitae traducendae

6.epid.cõ.4 rationem breuiter exponens, ita scripsit: ἄσκησις ὑγιής, ἀκορίη τροφῆς, ἀκονίη πόνων, uidelicet, quod in hoc sanitatis conseruatio collocatur, ut satietas ciborum uitetur, & exercitationes corporis in frequenti usu habeantur. Accedit his, quod calor multitudine excrementorum per exercitationem exoneratus robustior efficitur, membra firmitatem maiorem acquirunt, omnesq. corporis uirtutes in proprijs perficiendis operationibus expeditiores, & fortiores euadunt. ut recte dixerit Hippocrates, siue Polybus, ἄνθρωπος ἐ-

1. de dieta. σθίων οὐ δύναται ὑγιαίνειν, ἢν μὴ πονέῃ, quod scilicet homo, qui comedit, minime sanus uiuere potest, nisi laboret. Sed ne Erasistratum, atque Asclepiadem gratis refutare uideamur, quales sint eorum rationes, perpendemus. primo concedimus, sanitatem in humorum aequalitate sitam esse, atque hanc aequalitatem ab optima succorum generatione, & concoctione conseruari; dicimus tamen concoctionem ipsam & a quiete effici, & ab exercitatione opportune,

A ne, ac moderate adhibita non parum adiuuari; quandoquidē si, ut nuper dicebamus, calor naturalis ab onere superfluitatū per exercitationē leuatus ualētior redditur, magisq. excitatur, & sic excitatus concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportunae succorum optimā concoctionem non suggerant, simulq. sanitatis conseruationi non ualde conducant, non uideo. unde si motum intempestiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoq. illis assentimur; at si motum tempestiuum, qualem exercitationem medici antiqui esse definierunt, idem efficere adstruxerunt, in aperta falsitate uersari eorum dogmata cuiuis perspectum est; eo magis quia exercitatis profundiores somni contingunt, quibus postea meliores concoctiones perficiuntur: ut non sine ratione dixerit Galenus primo de alimentis, neque prauos cibos offendere multum ex-
B ercitationi deditos, nempe quibus profundi somni a laboribus eueniant, & tales deinde somnos optimae concoctiones sequantur. Quod porro in secunda ratione asserebant exercitationem laborem adnexum gerere, & proinde uoluptatem sanitati coniunctam, ipsamq. sanitatem adimere, partim confirmamus, partim negamus; non diffitemur profecto exercitationem, quam uehementem motum anhelitum alterantem esse decreuimus, laboriosam aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, iucunditate carere; dicimus tamen, sanitatem interdum cum aliqua molestia posse permanere, dummodo neque illa modum excedat, neque multo tempore perduret, qualis est molestia exercitationi associata, quae momentanea est, non immoderata, immo maioris, & longioris delectationis praeparatrix, nempe cum corpus a superfluitatibus libe-
C ret, omnisq. naturalis exinanitio iuxta Aristotelis sententiam delectationem afferat. Ad tertiam rationem, qua etiam Porphyrius philosophus adductus carnium usum ad sanitatem damnauit, respondemus falsum omnino esse, quod per eadem praesens sanitas conseruetur, per quae absens recuperatur; quoniam etiam ipse Asclepiades, & Erasistratus per inediam trium & quattuor dierum, ut Celsus, & Plinius testantur, multos affectus curabant, quam sanitati conseruandae maxime nocere, fatui quoque affirmarent. praeterea Hippocrates, eiusq. sequaces experimentis infinitis medicamenta sanitatem recuperare, si opportune sint adhibita, comprobarunt; at ijdem sanos non modo a medicamentis nō iuuari, sed sanitatem apprime laedi, palam enunciarunt. unde satis patet, propositionem, quam assumpserunt, a ueritate longe recedere, ne longior mea euadat oratio, si omnia quae ad refutandam illam ualerent, in-

In proble. sect. 5.
In. 2. de ab sti abaīali bus.
Libr. 1. in prooe.
lib. 26. c. 1.

medium afferre uellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitatio- D
nibus calorem augeri, & ob id modum sibi debitum hoc est medio critatem transire, & consequenter natiuum humidum, a quibus duobus uniuersus sanitatis status dependet, exhauriri; at eam ueram minime esse facile conuincetur, si exercitatio debite administrata, quemadmodum medici antiqui decreuerunt, consideretur; quae tametsi calorem natiuum augeat, superfluosq. humores inaniat, si tamen adhibeatur eo modo, quo adhibendam inferius demonstrabimus, tantum abest illam natiuum humidum consumere, aut sanitatem aliquo pacto labefactare, ut potius extraneos humores dissipando, superfluitatesque abradendo, quae ipsum humidum turbare, ac inficere possent, idem conseruet, & simul cum calore uiuidum reddat, necnon carnes, & cetera membra

com. 3. de artic. aph. 1.

solidiora, & puriora, efficiat: ex quo uenustissime Galen. carnes E
utentium exercitatione τυροῖς ἀκριβῶς ἤδη πεπηγόσι, siue caseis iam exacte coagulatis, & non utentium τυροῖς ἐπιπηγνυμένοις, siue adhuc coagulationem subeuntibus adsimilauit. Quod autem ultimo addebant, in carceribus conclusos sine ulla exercitatione sanam uitam degere, si intelligant sine exercitatione proprie dicta, quam uehementem motum esse definiebamus, uera dicunt, & nos quoque assentimur: at si de exercitatione communiter accepta loquantur, ut eorum fuit sententia, dicimus in carcere conclusos uel frictione, uel aliquo alio motu fuisse usos; alioqui ab omni motu penitus desistentes, impossibile est, ut multo tempore sani uiuant, quando quotidie ea ratione quam plures aegrotare, atque etiam interire in carceribus uidemus. unde Auerroes prauitatem

6. coll. cap. 2.

ab exercitationis priuatione nascentem probaturus a carceratis argumentum accepit, nempe qui (dicebat is) facies cauticas, colorem F
impurum, & omnes operationes laesas habent, quod non magis homini, quam alijs animalibus latentibus, & uolucribus in cauernis detentis accidere dicebat. quod si qui reperiuntur, qui in carceribus sine ulla exercitatione degant sani, illi per quam rari sunt, & usque adeo ualida corporis constitutione formati, ut omnibus noxis fortiter obsistant. Neque putandum est, huic sententiae nostrae Hippocratem ullo pacto refragari, quod is pestiferam illam in Thaso aeris constitutionem describens, prauosq. in illa genitos morbos

1. Epid. cõ. 1. aph. 11.

recensens, dixerit: Εγίνετο δὲ ταῦτα μειρακίοισι, νέοισιν, ἀκμάζουσι, καὶ τούτων τοῖσι περὶ παλαίστραν, καὶ γυμνάσια πλείστοισι. idest, Fiebant autem haec adolescentulis, iuuenibus, aetate florentibus, atque horum ijs, praecipue, qui in palaestris, & gymnasijs exer-

ceban-

A cebantur. quoniam si recte uerba auctoris uetustissimi examinentur, dictis nostris maxime fauent, cum ibi narretur, corpora exercitata ob calorem, & uirium firmitatem morbis illis magis restitisse, atque feliciori ceteris successu euasisse. Itaque nulli iam obscurum esse arbitror, quam grauibus in erroribus uersarentur illi, qui (audacter ne magis, an insolenter, an quod nouarum opinionum studiosi essent, ignoro) exercitationem sanitatis conseruationi nullam opem praestare affirmarunt: & contra, quam probe, & prudenter effecerit Hippocrates, Plato, Galenus & Auicenna, qui nullum praestantius auxilium pro tuenda sanitate reperiri ipsa recta uictus ratione, necnon exercitationibus opportune administratis memoriae tradiderunt. quae duo cum diligenter profiterentur olim Persae, usq. adeo turpe reputarunt aliquos spuere, emungere, & flati-
B bus plenos uideri, quasi sic (ut scribit Xenophon) coarguerentur neque modico uictu uti, neque laboribus humiditates corporis consumere. Lib. 1. Cyr paed.

Improbatio eorum, qui omnes homines exercere deberi sentiebant. Cap. III.


EFVTATA eorum falsa opinione, qui exercitationem corporis ad sanitatem nihil conducere asserebant, iam eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu habito iniungendas exercitationes esse censuerũt: quos praedictis meliorem sententiam habuisse & ratio ipsa, & Galeni auctoritas persuadent. Isti etenim animaduertentes, Hippocratem 5. de tu va. cap. 11.
C hanc indefinitam propositionem enunciasse, (Labores cibum praecedant) dixerunt Senem praecepisse, ut omnes homines ante ciborum sumptionem sese exercerent: ad haec sententiam suam alijs rationibus confirmare nitebantur, quarum prima fuit, cunctos homines naturaliter exercitationibus inclinari, quemadmodum pueri uel mox in lucem editi attestari uidentur, & propterea inclinationes a natura omnibus tributas ab omnibus etiam debere in usum poni, nec ullo pacto irritas fieri, tanto magis quando inclinationes illas ob aliquod excellens bonum naturã elargiri in pluribus manifestatur, sicuti in maiori hominũ parte exercitationũ inclinationes in usu positas sanitatem bonum excellentisimũ praestare, nemo negat: alia ratio, qua moti isti in similem opinionem deuenerũt, fuit, quod si omnes homines necessario excrementa generant, quae cõtinuo expelli necesse est, alioqui aucta, & accumulata natiuũ colorẽ

consopirent, pessimosq. morbos citra controuersiam progigneret, D
atq. huiuscemodi excrementorum magna pars per exercitationem expellitur, difflaturue; consentaneum rationi plane uidetur, nullũ reperiri posse, qui exercitatione ad educendas quotidianas superfluitates non indigeat, & ob id omnes homines exercitationem desiderare; addebant insuper, quod si aliqui reperirentur, quibus exercitatio minime conueniret, proculdubio essent illi, qui natura corporis imbecillimi sunt, qui cum ab exercitationibus utilitatem capiant, ceteros quoscumque ab ijsdem iuuari, & iccirco illis uti debere consequens est. His ergo rationibus persuasi cunctis passim hominibus ante cibum saltem iniungendas exercitationes esse praedicabant: sed & ipsi apertissime alucinati deprehenduntur. Quoniam cum hominum naturae, & condiciones usq. adeo diuersae sint, ut neminem inuenire (sicut scripsit Galenus) alteri si- E milem prorsus liceat, sintq. quibus medicamenta noceant, quibus prosint, quos immodicus coitus, siue λαγνεία secundum Hippocratem, Aristotelem, & Galenum iuuet, quos uel minimus laedat, & sic de singulis; pariter rationabile fit, aliquos dari, qui non parum ab exercitationibus corporis offendantur, ut inferius monstrabimus, & proinde uniuersale illud praeceptum non sine ingenti discrimine esse. Nam auctoritas illa Hippocratis, quam sibi fauere sunt arbitrati, haudquaquam (ut bene sensit Galenus) insinuat, quod omnibus hominibus exerceri conducat, immo de ordine exercitationis, & cibi auctor ibi sermonem habuit: quasi innuere uoluerit, quibus exercitari expedit, praecedere exercitationem cibos debere: quod porro idem censuerit, exercitationem haud cunctis prodesse in libro de grassantibus morbis palam testatus est, ubi calidas naturas quiescere debere censet. Ratio uero prima, qua sententiam suã adstruebant, licet uera sit, atque a Platone ac Galeno confirmetur; nihilominus eorum dictis parum opitulatur: si quidem homines a natura profecto ad motus simpliciter inclinantur, & nullus est, modo sanam uitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nũquam moueatur; at quod ijdem inclinentur ad eos uehementes motus, quos sub certis regulis complexos exercitationes uocamus, nulla ratio dictat, neque ullus sanae mentis pronunciaret. Ex quo apparet ratione naturalis inclinationis minime cunctos exercitationibus aptos iudicari debere. Ad alteram rationem, quae certe multa probabilitate non caret, respondemus excrementa continuo in corporibus nostris collecta necessario esse tollẽda, at quod solis proprie dictis exercitationibus huiuscemodi exinanitio peragatur, fal- F

2. de tẽper.
6. Epid. cõ. 5. aph. 22. 1. partic. Prob. 51.
5. de tu. ua. cap. 11.

sum

A ſum omnino eſt: quando balneum, frictiones, inſenſibilis tranſpi-
ratio, geſtationes citra motus ullam uehementiam ſimili euacua-
tioni perbelle ſatisfacere poſſunt, quemadmodum appoſitiſſimis
Primigenis & alterius cuiuſdam exemplis demonſtrauit Galenus, 5. de tu. ua.
quos ab imminentibus morbis exercitationis abſtinentia, ſoliusq.
balnei uſu ſe liberaſſe, ſanosq. conſeruaſſe teſtatur. quod uero po-
ſtremo loco addebant, cum imbecillimi natura exercitationes re-
quirant, alios quoſcumque etiam requirere, dicimus aſſumptum
uerũ eſſe, uidelicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus nõ
parum iuuamenti percipere, ut Socrates apud Xenophontem ſui In li. de di-
ipſius exemplo probat, natura infirmiſſimos, ſi exerceantur, fortio- ctis, & fa-
res euadere, quam naturali fortitudine praeditos, ſed inexercitatos, ctis Socra.
& poſt Socratem Galenus, qui multos a natura infirmo corpore ge
B nitos moderatis exercitationibus naturae errores correxiſſe, & qua
ſi nouum corporis, ac meliorem habitum regeneraſſe ſcribit: atta-
men conſequens falſum eſſe confitemur, neque enim ſequitur, im
becillimi exercendi ſunt, ergo omnes alij; ſi quidem calidi & ſicci
immoderate, tametſi non ſint imbecilles, cauſſis antedictis exerci-
tationes non requirunt, quia uires non ſunt, quae exercitationem
inhibeant, ſed intemperies corporis, quae dum ab exercitationi-
bus augetur, eas prorſus noxias eſſe indicat. Concluditur ergo, om 2. de tu. ua.
nes homines exercitationes proprie dictas minime deſiderare, atq.
illos, qui hoc aſſeuerarunt, toto caelo aberraſſe; quamuis exercita
tionem communiter acceptam, prout quaſlibet uel minimas cor-
poris agitationes complectitur, nemini ſano negari poſſe fateamur,
quando nihil ſanitati tam hominum, quam brutorum aeque per-
C niciosũm, & letale inuenitur, atq. cuiuſlibet motus ceſſatio, conſu-
matumue otium, quibus non tantum uniuerſus corporis habitus
inſigniter refrigeratur, calor natiuus hebetatur, humiditates ſu-
peruacuae creſcunt, moleſtusque quidam omnium uirium tor-
por connutritur, uerumetiam, ut dicebat Galenus, cuncta mem- lib. de cib.
bra tenuia, debilia, atque flaccida euadunt, & ſubinde non raro bo & ma.
exitiales morbi naſcuntur, qui, ab humoribus frigidis plerumque ſucci
originem ducentes, uel ad mortem, uel ad perpetuam ualetudinis lib de cau.
offenſionem perducunt. morborũ. li. 2. de ſa.

Redarguuntur, qui assuetos solum exerceri uolebant. Cap. IIII.

RESTAT falsa eorum opinio condemnanda, qui assuetos solum exerceri debere, inassuetos minime exercendos esse iudicabant. quorum sententia tametsi speciem ueritatis quandã praeseferat, ceterisq. duabus iure anteponi mereatur, haud tamen prorsus errore uacat, dum assuetudini nimium tribuere, quasiq. supra naturae condiciones illam statuere uidetur. Ceterum ne horum placita iniuste refellere credamur, & rationes, quibus adducti in eam sententiam iuerunt, & errata, quae commiserunt, in medium proponemus, ut ueritas facilius elucere aequo iudici possit. Isti itaq. cum legissent apud medicorum
2.Aph.49. 50. principem Hippocratem, eos, qui consueti sunt solitos labores ferre, etsi fuerint imbecilles, & senes non consuetis, fortibus, & iuuenibus facilius ferre; quaeq. ex longo tempore consueta sunt, etsi deteriora sint, inassuetis minus incommodare, asseueranter pronuntiarunt, neminem inassuetum exercitationibus, & laboribus committi debere, alioqui maximopere offendi, sed dumtaxat assuetos, nempe quos partes exercitatas robustiores habere, & propterea laboribus sine damno resistere experientia demonstrat. addebant his rationes, primo quod omnes illi, qui cuilibet rei insuescũt, magna ex parte naturae suae conuenientem consuetudinem deligunt; quoniam laedentia experti, illa repudiant, & iuuantibus adhaerent. unde exercitationibus assueti in illis tamquam sibi familiaribus conseruari debent: qui uero quiescendi consuetudinem contraxerunt, ab illa nullo pacto sunt remouendi, quasi tales experti sint ab exercitationibus se ipsos offendi, & a quiete utilitatem capere. Secundo, quod iuxta philosophorum, & medicorum placita consuetudo in naturam transit, & iccirco non secus consuetudinem permutantes oblaeduntur, atque illi, qui naturam peruertere, & aduersus illius impetus obtendere conantur. Tertio quod si consueti quiescere longo tempore sani ita uixerunt, uerisimile fit, in eadem quiete reliquum uitae cursum ipsos sanos peracturos; ex aduerso uerendum esse, ne ijdem aegritudines diuersas incurrant: si quidem permutantes in contrarium uiuendi rationem, & alia ipsi consequentia in contrarium statum permutari, necessarium uidetur. Huiuscemodi ergo rationibus inducti, isti constanter affirmarunt, consuetudinem non debere mutari, & ideo solitos exerceri exercendos esse, & solitos quiescere in quiete permanere debere.

A re. Sed, ut dixi, licet hi minus culpandam sententiam secuti sint, attamen neque ipsi erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omnibus ad inassueta transeundum esse iudicauit, ne quando ad illa descendere coacti grauiora damna patiamur, quod magis agendum est, quando illa, quae consueta sunt, nimis perniciosa exsistunt, qualis est consumata ab exercitationibus cessatio, unde Hippocratis citata auctoritas in eo sensu accipi debet, ut uoluerit, quemadmodum & nos, uelimus, nolimus, assentiri cogimur, assueta insolitis minus turbare, neque propter hoc interdixerit, quin ad insolita quandoq. transeundum sit, & praesertim cum assueta ualde praua sunt, & inassueta multo meliora. Primae itaque rationi respondemus, assumptum falsum esse uniuersaliter intellectum, quoniam sicuti multi consuetudinem naturae eorum co̅uenientem induunt, 2. Aph. 56.

B ita quamplures uel dulcedine allecti, uel negligentia, aut alijs detenti studijs, uel prae nimia stupiditate sese laedi non sentientes, in malis consuetudinibus & naturae ipsorum inimicis persistunt; quemadmodum faciunt quiescendo & assueti, & dediti, qui quietis uoluptate delibuti non sentientes offensionem ei assueuerunt; non autem quod eam tamquam sibiipsis conuenientem elegerint, nimirum quam iam ante hominibus cunctis inimicam probauimus. Ad secundam uero rationem dicimus, naturam profecto, & consuetudinem parum differre; haud tamen sequi ex hoc, quod numquam consuetudo mutari debeat: quandoquidem si medici naturas prauas, idest naturales intemperies emendare, in meliusq. permutare omni arte contendunt, ut sanitatem, & habitum bonu̅ corpori ingenerent, cur item pessimae consuetudines ab illis in ho

C nestiores, & salubriores permutari nequeant, ignoro; eo praesertim quod facilius exsuuntur, quae co̅suetudine fuerunt contracta, quam quae a principio ortus a natura tradita. accedit huic, quod otiandi consuetudo perniciosa est, quia (ut dicebat Celsus) potest incidere laboris necessitas. Tertiae praeterea rationi opponimus eos, qui in prauis consuetudinibus persistunt, tametsi ob iucunditatem non aduertant, perturbari, ut innuere uoluit Hippocrates, dum haudquaquam inassueta deteriora non turbare, sed minus turbare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere, quod multo tempore in similibus consuetudinibus uitam sanam traduxerint: quoniam sicuti dicebat Galenus, illi, qui cibis mali succi uictitant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem qualibet uel minima occasione pessimos morbos incurrunt, similiter quoque in pessimis consuetudinibus perseuerantes saepenumero Lib. 1. Cap. 3. 2. de alim.

intus malos habitus concipiunt, quos per aliquod tempus non percipiunt, quousque humores praui otio nutriti & supra modum aucti incurabiles, & molestissimas aegritudines inducunt. Quamobrem elaborandum est uniuersis sanam uitam optantibus, ut malae consuetudini innutriti minime se uoluptate, atque damni ignorantia decipi sinant, immo quamprimum ab ea recedere, paullatim tamen, & ut dixit Hippocrates ἐκ προσαγωγῆς studeant, illud pro comperto habentes potius cum aliqua molestia permutandas esse perniciosas consuetudines, quam in illis cum delectatione persistendum. Atque haec pro male de exercitationibus sentientium refutatione dicta sufficiant. Tempus modo est, quae corpora exercitationibus accommodentur, quod tempus, & qui locus, demonstrare: sed antequam hoc aggrediamur, differentias, ut supra promisimus, ipsiusq. tractationis ordo expostulat, exercitationum breuiter percurremus.

De exercitationum differentijs. *Cap. V.*



QVICVMQVE ex antiquis exercitationum facultatem speculari, & scriptis tradere aggressi fuerunt, tres primarias illarum differentias effecerunt, quarum aliam παρασκευαστικὸν γυμνάσιον siue praeuiam exercitationem, al-
3 de tu. ua. ca. 2. 11. 12. teram ἀποθεραπευτικὸν, tertiam simpliciter exercitationem nuncuparunt. Praeuia siue praeparatoria exercitatio secundum Galeni interpretationem erat motus quidam in mensura intra modum, in qualitate ipsa incitatior, ac celerior, quae non modo corporis motu, uerum etiam frictionibus, & unctionibus similibusq. alijs peragebatur, quaque ad curandam corporis raritatem, cogendamue laxitatem, ut plurimum post uenerem utebantur, quamuis
3 de tu. ua. cap. 8. etiam interdum uterentur ante alias grauiores exercitationes, quod proprium athletarum fuisse scribit Galenus, ne ab immodi-
2. de tu. ua. cap. 3. ca quiete ad magnum motum perinde ac a contrario ad cōtrarium
3 de tu. ua. cap. 11. absque medio subitus fieret transitus. Ἀποθεραπευτικὴ exercitatio alia ut pars exercitationis, alia ut species a Galeno ponitur, atq. utraque erat motus quidam quantitate mediocris, tardus, & citra ualentiorem nixum subinde quietem interponens, modo frictionibus, modo ambulationibus, alijsq. huiuscemodi motibus factus, qui tum emolliendis exsiccatis a nimio labore corporibus, tum laxandis meatibus post grauiores exercitationes; post uigilias, post maerores inseruiebant; & proinde hic motus a Galeno extrema

exer-

A exercitationis pars nominatus reperitur; quoniam fere semper post
magnas exercitationes, ne ad contrariam quietem illico transgre- 2. đ tu. ua. cap. 12.
derentur, ipsam adhibebant, ut pote qui ob tarditatem, & frequen
tem interpositam quietem medium inter exercitationem ualidam,
& consummatam quietem teneret. Porro exercitatio simplex apud 2. đ tu. ua. cap. 8.
medicos gymnastas multas differentias habuisse legitur, alias ab ex-
trinsecis, alias ab utendi rationibus, alias a motus ipsius tum quan-
titate, tum qualitatibus desumptas: quae ab extrinsecis accipieban-
tur, plerumque a loco nomen sortiebantur, quando uel sub dio,
uel sub tecto, uel in mixta umbra, quam ὑποσυμμιγῆ Graeci uo-
cant, exercitatio peragebantur: item quando aut locus erat ca-
lens, aut frigidus, aut media temperie, & praeterea aut plane sic-
cus, aut humidus, aut medio modo attemperatus. Differentiae ab
B utendi rationibus acceptae huiuscemodi exstiterunt, quoniam aut
continuus erat motus, aut intermissus, & si continuus, aequalis, uel
inaequalis; sin intermissus, aut certo ordine, aut citra ordinem, prae
terea uel sine puluere fiebat, uel cum puluere, atque eo alias mul-
to, alias modico; similiter agebatur uel sine oleo, uel cum oleo, at-
que ipso alias exiguo, alias multo. Quae autem ab ipsius motus
quantitatibus acceptae inueniuntur differentiae, tales sunt, quod
exercitationes uel multo tempore durabant, & multae diceban-
tur, uel breui, uel mediocri, atque paucae & mediocres uocaban-
tur. Differentiae a motus quantitatibus desumptae illae quoque
fuerunt, quae a ui motrice accipiebantur: nam si uis magna erat,
magna exercitatio; sin parua, parua; sin mediocris, mediocris ap-
pellabatur. Porro a qualitatibus ita differentias a Galeno captas in- 2. đ tu. ua. cap. 8. & cap. 10.
C uenio, quod aut in breui tempore multum spatij metiebatur exer
citatione, siue breue spatium saepius in modico tempore tereba-
tur, atque haec exercitatio celer, acuta, & uelox nuncupabatur,
qualis cursus, umbratilis pugna, achrochirismus, lusus paruae pilae,
& coryci, ἐκπλεθρίζειν, πιτυλίζειν, & quae in palaestris actitaban
tur humi circum uolutationes; aut multum temporis in breui spa-
tio insumebatur, tardaq. & lenta exercitatio talis motus nomina-
batur, ut lenta ambulatio, uectatio in lectica; aut in mediocri tem-
pore mediocre spatium, siue breue pluries mouendo peragebatur,
sicque mediocris exercitatio euadebat: praeterea magnarum alia
praeter uim celeritatem quoq. adnexam gerebat, & σφοδρὸν γυμ-
νάσιον idest uehemens, robustaq. exercitatio dicebatur, ut celeri-
ter fodere, discum mittere, sine intermissione saltare, graue telum
iaculari, continuatis quam maxime ictibus, nec non graui armatu-

rà celeriter agitari; alia sine uelocitate fiebat, & εὔτονον γυμνάσιον, D
idest ualens exercitatio uocabatur, sicuti fodere, per accliuia ambu
lare, quatuor equos habenis simul coercere, funem manibus appre
hensam scandere, halteres, omnesq. Milonis exercitationes. quod
enim uehemens, & ualens exercitatio communi nomine magna di
cō.1.aph.6 ceretur, ex his intelligere licet, quae Galenus sexto popularium
morborum scripta reliquit, ubi inter enumeratas exercitationes
& equitationem magnam uocauit. Similiter & paruarum alia cum
aliquali uelocitate fiebat, & remissa siue ἔκλυτος uocabatur, alia si-
ne ulla celeritate, & ἀμυδρὸς siue languida aut imbecillis diceba-
tur; ex quibus duobus generibus erant uectationes in sellis, lecti-
cis, nauibus piscatorijs, & similes gestationes: alia neque uehemēs,
ualens, remissa, languida, sed harum omnium media erat, mediaq. E
& mediocris appellabatur, quales moderatae equitationes, & mo-
deratae ambulationes. Repetentes igitur has, & tot fuisse exercita-
tionum differentias dicimus, praeuiam, apotherapeuticam, & sim
plicem; simplicium alia sub dio agebatur, alia sub tecto, alia in mi-
xta umbra, alia in loco frigido, alia in calido, alia in humido, alia
in sicco, alia in horum medio; praeterea aut erat perpetua, assidua-
que & uel aequalis, uel inaequalis, aut intermissa, & uel inordina-
ta, uel ordinata, aut cum puluere multo, uel exiguo, aut sine pulue
re, aut cum oleo modico, uel multo, aut sine oleo, aut multa, aut
minor, aut mediocris, aut uelox, celer, & acuta, aut tarda, & len-
ta, aut mediocris, aut magna, & siue uehemens, robustaque, siue
ualens, aut parua, & uel remissa, uel languida, & imbecillis, aut
media. Supersunt modo dubitationes duae soluendae ex dictis no F
stris subortae, prima est, quod exercitationum differentias partien
tes aliam uehementem, aliam remissam, & paruam effecimus, cum
2. d'tu. ua. cap. 1. & 2. aph cō.16. tamen Galenus apertissime scriptum reliquerit, non omnem mo-
tum esse exercitationem, sed uehementiorem. Secunda est, quod
inter ceteras exercitationes Fodere collocauimus, quem laborem
Galenus non exercitationem simpliciter, sed exercitationem si-
mul & opus esse iudicauit. Primae dubitationi facile respondetur,
exercitationem communiter acceptam a nobis in tot differentias
fuisse partitam, Galenum uero non hanc motum uehementem es-
se definiuisse, sed potius exercitationem proprie uocatam; & pro-
pterea nullo modo sententia nostra illius sententiae repugnare ui-
detur. sed si quis adhuc a nobis sciscitaretur, numquid exercitatio
propria ullas differentias habeat paruitatis, magnitudinis, & huius-
cemodi, huic ita satisfactum iri uolumus, exercitationē propriam,

quam

A quamquam ex se uehemens motus semper exsistat, nihilominus alteram alteri, atque etiam sibi comparatam, modo paruam, modo magnam, modo debilem, modo robustam nuncupari. Nam lusus pilae magnae, & lucta sunt proprie exercitationes, quae si alias remissius, alias intensius ab eodem agantur, nunc magnae & intensae, nunc paruae & remissae uocabuntur: pariter haec eaedem exercitationes iuueni non admodum ualido magnae, & uehementes erunt, si laboriose fiant, at in robusto athleta respectu habito paruae & remissae apparebunt. Pro secundae dubitationis solutione dicimus, proprium rerum characterem ut plurimum a finibus donari, & proinde easdem res, prout uarijs finibus aguntur, uarios characteres, uariaq. nomina obtinere: si enim temperaturas corporũ humanorum gratia tantum sciendi quis contempletur, sciens & B philosophus naturalis uocabitur; sin gratia eas uel conseruandi, uel corrigẽdi speculetur, & artificis, & medici nomine erit dignus. Idem plane dicendum est de fossione, cuius finis si sit terrae cultura, & fructus perceptio, opus proculdubio, & labor ipsa uocanda erit; sed si finis dumtaxat exsistat, corpora ad ualetudinem exercere, profecto exercitatio uocari debet, quo pacto nos intelleximus, quando inter exercitationes alias fodere recensuimus. & quod de fossione diximus, idem quoque de similibus, quae opera uidentur, intelligi debere uolumus. Nam Pittacus ille Mitylenaeorum Rex mola tundere solebat ἐνεργῷ (inquit Clemens Alexandrinus) γυμνασίῳ χρώμενος. Quin noster Galenus de seipso refert aliquando 2. de tu. ua. cap. 8. hieme in agro deprehensum esse, dum ligna finderet, hordeumq. in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat corC poris gratia faceret, quae opera quotidie agrestes agere solent. Hoc idem Martialis poeta factitare se solitum fuisse, hisce carminibus insinuat.

Rure morans quid agam, respondeo pauca, rogatus
Luce Deos oro, famulos post, arua reuiso,
Partibus atq. meis iustos indico labores,
Inde lego, Phoebumq. cio, musamq. lacesso,
Hinc oleo corpus frico; molliq. palaestra
Stringo libens animo gaudens, ac fenore liber
Pondero, poto, cano, ludo, lauo, ceno, quiesco,
Dum paruus lychnus modicum consumit oliui,
Haec dat nocturnis mox lucubrata camoenis.

Vnde patet, multa alio fine opera, alio exercitationes uocari, & ob id non ignoranter fossionem a nobis atque etiam a Galeno, &

& Antyllo inter corporis exercitationes enumerari. Iam ad alia D transeamus.

De corporum morborum & sanitatis generibus. Cap. VI.

POSTQVAM aduersus male de exercitationibus opinantes disputando neque omnia corpora hominum exercenda, neque omnibus interdicendas exercitationes esse, demonstrauimus: aequum est iam, quae corpora exerceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera esse traduntur, aegra, neutra, & sana; quorum tametsi multae factae sint species, atque differentiae; nos tamen, qui aliud intendimus, solum has tres corporum species accipiemus; ea scilicet quae praesenti ualetudine fruuntur, atque operationes illaesas habent, licet E alioqui nec perfecte sana, nec undequaque temperata uideantur; ea, quae infirma sunt, ac uel iam decumbunt, uel ita operationes sensibiliter offensas habent, ut nullo modo opera sanorum obire ualeant, ea quae ueluti inter utraque haec media posita ab auctoribus medicinae ualetudinaria nuncupantur, quaeue nec prorsus aegra, nec omnino sana nostris sensibus apparent. His itaque sic constitutis tertium aliud animaduersione dignum succedit, quod tria quoque exstant morborum genera, primum in intemperie positum, secundum in mala formatione, tertiũ in continuitatis solutione. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (sub nomine corporis intelligo & humores, & spiritus, & membra solida) siue illius pars aliqua aut immoderate calefit, aut frigefit, aut humectatur, aut exsiccatur, uel simul frigefit, & exsiccatur, uel frigefit, F atque humectatur, uel calefit & humectatur, uel calefit atq. exsiccatur. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur, quod intemperiem uocarunt medici; quam alias simplicem, alias cum humorum affluxu nuncupasse reperiuntur; sub appellatione simplicis eam intelligentes, quae suapte natura citra alterius affectionis societatem corpus interturbat; sub nomine uero intemperiei cum affluxu nihil aliud insinuantes, nisi intemperiem, quae & ex se, & una cum affectione ab humoribus oriente, ut pote inflammatione, timoreue aliquo corporis operationes laedit, & sanitatis statum e medio tollit. Morbus in praua formatione generatur quotiescumq. corpus, seu corporis pars debita figura caret, aut debita quantitate, aut iusto numero, aut conueniente situ. Morbus in solutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, seu aliquod cor-

poris

A poris membrum a natura unum factum diuisionem patitur, siue talis diuisio intrinsecus, siue extrinsecus proficiscatur. Tot itidem modis sanitas morbo contraria constat, nimirum quae intemperie, in optima formatione, in unitate partium, essentiam atque consistentiam propriam obtineat. Nam de singulis istis τύπῳ ac in uniuersum sermonem habuisse sufficit, cum illi, qui haec lecturi sunt, si magis exquisitam eorum cognitionem habere optabunt, libros medicorum perscrutari queant, neque a nobis haec diligentius pertractata requirere debeant, qui alijs studentes extra propositos limites nimis diuagari non possumus: sed iam quae ex antedictis corpora exercitari, conueniant, examinari cogimur.

An corpora aegra ullo pacto exerceri conueniat. Cap. VII.

B



DVBITATVM fuit antiquissimis usque temporibus, an, sicuti corpora sana, ac ualetudinaria tum ad augendam, cofirmandam, conseruandamq. ualetudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque aegra corpora aliquo pacto exerceri ualerent, quo tam ad leniendas aegritudinum molestias, quam ad recuperandam sanitatem uti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere asseuerarũt, primus exstitit Petronas, deinde Prodicus siue Herodicus, qui cursibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab Hippocrate in tali dogmate uehementer damnati. Petronam imitatus posterioribus saeculis Asclepiades ut hominum fauorem aucuparetur, non modo languentibus uarias exercitationes ad uoluptatem potius, (6.Epid.)
C quam ad sanitatem spectantes indulgebat, uerumetiam (quod elegantissime scripsit Celsus) cubantis quoque luxuriae subscribebat: ut non sine magna ratione Plinius deinde Asclepiadem iucundum curandi modum calluisse praedicauerit. Qui praeter hos simili sententiae haerere maluerunt, Aesculapium dixerunt ita uocatum: παρὰ τὸ ἀσκεῖν ἠπίως τοὺς νοσοῦντας: idest, quod aegrotos suauiter exerceret, quando prius ἤπιος uocabatur. Ex altera parte, non defuerunt, qui neminem aegrotum exercendum esse, sed cunctos in quiete contineri debere, asseruerunt. Inter hos medij Galenus, Herodotus, Antyllus, Aetius, & Auicenna quemadmodum ab omnibus aegris non simpliciter exercitationes amoueri uoluerunt, ita nec ijs placuit, quoscumque quouis motus genere exercitari, sed & in aegris ipsis, & in exercitationibus eligendis magnam distinctionem, & curam habendam esse iusserunt; ut quod morbosum corpus,

pus,

pus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne ullas perturba- D
tiones, motionesq. sustineat, optime pernoscatur. Quocirca secun
dum istos corpora, quae immodica intemperie calida laborant, nul
lis uehementibus, remissisue exercitationibus accommodantur,
quod calor, qui diminui debet, ab illis potius augumentum susci-
5.de tu.ua. cap.11. pit, quemadmodum Galen. de Primigene summa caliditate labo-
rante narrat, qui nedum, a uehementioribus exercitationibus, im
mo & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis
magnopere laedebatur. unde merito condemnandus est Asclepia-
Li.2.c.14. des Prusiensis, qui in ardentibus febribus referente Celso gestatio-
nibus utebatur, in alijs uero febribus, & morbis medicamenta, ac
uomitiones tollens, inedia, siti, uigilia, luce primis diebus aegro-
tantes instar tortoris, excruciabat, alijs autem diebus ambulationi-
bus, gestationibus, balneis, lectulisq. pensilibus exercebat. In his E
In prooe. lib. chroni pal. etenim Galeni & Antylli sententia exstat, acuta febre laborantes
ab omni motu remouendos, in longis febribus, atq. morbis (quos
omnes nonnulli ex antiquis medicis aliptarum officio transmitten
dos, ut refert Coelius Aurelianus, falso crediderunt) ubi accessio
urget, nullo pacto exercendos, at in interuallis decubitum non
semper conferre, immo aliquando utiles esse motiones, exercitatio
Cap.16. nesque; quod innuisse Hippocratem arbitror, dum in septimo epi
demiorum dicebat, aliquos inueniri infirmos, qui ne penitus tor-
peant, a lecto expellendi sunt. quod item innuere uoluit Aristote-
les libro moralium Nicomachiorum decimo, ubi scripsit febrici-
tantibus in uniuersum diaetam, atque inediam conferre, alicui ta-
men forte non ita conducere. Qui praeterea corpus aridum, ac insi
gniter exsiccatum habent, si exerceantur, aridiores euadunt, & F
ideo illis quies apprime congruit, quam humectandi uim posside-
re nemo ignorat, quamq. Hippocrates dum calidis naturis conue-
nire scribit, nec immodice calidas intemperies intelligit, nec aucto
re Galeno quamlibet motus sed uehementioris tantum cessationẽ,
Loc. citat. sicuti nos hic de siccis corporibus intelligimus, quae gestationibus,
& uectationibus aliquibus, at nõ magnis motibus exerceri possunt,
dummodo uires permittant, exercitationesq. moderatae sint; alio-
qui sicut ex moderato motu calor exsurgit, excitaturq., nec non hu
mores paullatim euanescunt; pariter ex immodico calor infirmus ex
stinguitur, humiditatesq. magis diffunduntur. Corpora item cali-
da, & sicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus
quoque calida & humida, nempe quae grauiori quam cetera mor-
bo subijciantur, maioriq. cura opus habeant; Frigida porro simulq.
siccca

A sicca corpora uel nullis exercitationibus, uel minimis & ualde remissis exerceri debent, cum semper praeter morbi peculiarem affectionem imbecilles uires habeant; Exercitationibus non ita offenduntur corpora frigida, sicuti neq. humida. At frigida & humida aliorum omnium maxime exercitationes sustinent; quod motus exsiccando, & calefaciendo ueluti quoddam remedium sit, modo tamen non extra modum adhibeatur. Atque haec omnia dicta intelligantur de illis aegrotis dumtaxat, qui uniuersum corpus intemperatum habent, quoniam si quis in sola corporis parte membroue, aut in pluribus intemperiem patiatur, repeririq. possit modus, quo partes sanae citra aegrarum offensionem exerceantur, proculdubio huic aegroto exercitatio magis accommodata erit; quippe quae sanarum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam consequentia quadam auxilium praestet. Colligentes igitur dicimus, nullum corpus intemperie quauis laborans magna & uehementi exercitatione gaudere; sed aliquod reperiri, cui exercitationes exiguae, & ualde moderatae auxilium afferant interdum. quales uero exercitationes sint illae, & qualibus in morbis, atque corporibus unaquaeque congruat, in sequentibus libris declarabimus, ubi particulares singularium exercitationum facultates uberius enarrabimus. De morbosis ob malam formationem corporibus simili prope uia determinari debet, modo illi non a generationis principijs, sed nuper & casu (ut ita dicam) ortum duxerint. Haec etenim siue totam corporis figuram deprauatam, ut in leucophlegmatia, siue partem aliquam deformatam habeant, nisi affectus alij impedientes associentur, ab exercitationibus utilitatem capiunt, nempe quae & contorta dirigere, & aspera lenire, & tumida deprimere, & depressa eleuare, & oppleta exinanire, & exinanita explere & obstructa aperire queant. Ad haec morbos in quãtitate genitos nõ raro exercitationes tollere consueuerunt, quandoquidem uniuersalem corporis molem auctam nihil est, quod magis auferat, quam exercitationes uehementes, & ueloces ieiunis adhibitae: quas carnes, & succos detrahere dixit Hippo. & post ipsum Galenus. hoc namq. remedio Nicomachum Smyrnaeum, qui adeo crassitie creuerat, ut neque podicem manibus tangere, neque corpus mouere posset, ab Aesculapio curatum esse, mihi uerisimile uidetur: simili modo extenuata, & gracilia corpora nihil aeque ad carnosum, & bonum habitum restituit, ac tarda & lenis exercitatio, quae concoctiones omnes insigniter adiuuans efficit, ut nutrimentum perbelle distribuatur, sicque macie affecta corpora probe nutrita carnem, ac pinguedinem acqui-



Lib. de sal. diaeta.

In. 6. epid. cõ 3. Aphorism. 2.

Galen. de driis morborũ. c. 9.

acquirant: ita sane se multos & toto corpore, & cruribus extenua- D
In.6.epid. com.3.
tos curasse, gloriatur Galenus, sicut item Germanicum, a tenuitate crurum, equitationis beneficio, liberatum alias diximus. Corpora subinde, a morbo in numero correpta, siue is superfluus, siue mancus sit, exercitationes ex se minime recusant, & tunc praesertim quando similis morbus haud est innatus, ueluti in lapillis renum, qui ex uehementi motu concussioneque ab angustis renum uijs ad latiores, tandemq. ad ipsam uesicam descendentes magnas aegrotis molestias adimunt. Corpora uero aegritudine in situ laborantia, modo non ab ortu, nullum fere exercitationis genus admittunt, quod membra dum proprium locum, atque situm amiserunt, non modo reponenda sunt in propriam sedem, uerumetiam postquam reposita fuerunt, tamdiu ab omni motus genere arcenda, quoad optime confirmata pristinum habitum repararint, alioqui si E mouerentur, maiori nocumento afficerentur. quo fit, ut hac infirmitate capti maiori ex parte exercitari non debeant. Atque haec de secundo morborum genere mala formatione scilicet laborantibus corporibus dicta sufficiant. Remanent corpora tertio genere morborum continuatis uidelicet solutione correpta, quae solutio uel in cute, uel in carne, uel in ossibus, uel in neruis ac huiusce generis similibus contingere solet, atque modo sola, modo febribus associata; ubi corpus aliquam ex his solutionem febri associatam habet, nullo modo exerceri debet, quandoquidem, si raro febricitantibus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient ubi alijs morbis turbabuntur? Quod si citra febrem sola continui solutio adsit, eaq. sit in parte nobili, atque uitae maxime necessaria, ueluti cerebro, uentriculo, iecore, ac similibus, proculdubio exercitationes quaeuis maxime nocent, nempe quae & spiritus parti affectae necessarios ualde distrahant, & humores omnes tunc agitent, quando firmos & quietos esse conueniret, ne ob eorum affluxum morbus magis incrudesceret. Alia membra ignobiliora si patiantur continuitatis diuisionem, poterunt aegri mediocriter exerceri, modo nec insignis sit affectus, nec pars laborans exerceatur. Sunt nonnulli hac aegritudine capti, qui non paruam utilitatem a moderatis, immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales scabiosi, quorum cutis cum ab humoribus salsis & acutis discindatur, ex motu uehementi efficitur, ut humores illi tam per sudorem, quam per occultam transpirationem euacuentur, atque ipsis euacuatis a morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio diligentiq. animaduersione in his omnibus opus est, quo optime cognoscatur in quibus

Secũdo de tempe 3. & 6. d tu. ua.

F

bus

A bus morbosis corporibus congruant exercitationes, & in quibus minus habita semper prae oculis uniuersali hac ratione, cuius ductu rarissime contingunt errata, possuntque particularia ita dirigi, ut numquam loco auxiliorum damna succedant.

De corporibus ualetudinarijs, & senilibus exercendis. Cap. IIX.



VAMVIS apud medicos (ut supra diximus) inter corpora aegra atque sana reponantur neutra, illaq. in multiplices differentias partiantur, quia tamen parum ad nostram tractationem pertinent, eorum loco ualetudinaria statuemus, cum quibus comprehendi uolumus tum omnes il-

B los, qui recenter a morbis, ac decubitu euaserunt, necdum perfecte antiquum habitum recuperarunt; tum senes plerosque, nempe quos Galenus eodem modo, quo ualetudinarios, curari debere praecepit; nec absque ratione, si quidem senectus, auctore Aristotele, est quidam naturalis morbus. unde, qui sunt aetate graues, eam uiuendi rationem sustinere nequeunt, quam sani perferunt. Ergo ualetudinarijs illis, qui mox a morbis euaserunt, inter cetera remedia pro integra ualetudine sibi ipsis accommodata praecipua est corporis exercitatio a qua membra eorum firmantur, humorũ reliquiae inaniuntur, calor excitatur, & denique totus corporis habitus restituitur. Est tamen omne studium adhibendum, ut a principio lenes, breues, tardi, ac remissi motus exsistant, deinceps, prout uires magis inualescunt, similiter & magnitudo ac longitudo

C exercitationis augeatur, tandemq. in mente illud ἐκ προσαγωγῆς tantopere ab Hippocrate decantatum semper habendum erit, ne ob importunum ab extremo ad extremum transitum maiora errata committantur, & pro uirium restitutione imbecillitas maior, siue prostratio succedat. proinde merito damnandus uenit Auerroes, qui morbosa corpora quotidie exercenda esse usque ad sudoris initium, atque anhelitus eleuationem nimis libere consuluit: ita enim uehemens exercitatio tantum abest, ut ualetudinarijs, siue morbosis (quemadmodum ipse uocat) ullum effatu dignum beneficium praestet, ut potius uires adhuc debiles magis consternet, caloremq. natiuum ex morbo uix reuiuiscentem fere exstinguat, aut saltem insigniter hebetet; si quidem bonus est in conualescentibus, sed exiguus (ut scribit Galenus) sanguis, atque una cum ipso spiritus uitalis, & animalis; ipsae uero particulae solidae sicciores,

5. de tu. ua. cap. 11. & in arte me di. cap. ult.
5. de gener. aial. ca. 4.
6. collec. cap. 6.
In arte me dic. ca. ult.

res, & conſequenter eorum uires ſunt imbecilliores, atque earun- D
dem ratione corpus uniuerſum frigidius. unde ad emendandam
huiuſcemodi indiſpoſitionem neceſſaria ſunt quaecumque pro-
bum atque ſecurum exhibent alimentum; & praeter haec mode-
rati motus, quales uehicula, ambulationes lenes; non uehementes
motus, qui ſicuti ſolidas partes arefactas ſicciores reddunt, ita calo-
rem diminuunt, & uires imbecillas conſumunt. Ceterum ſenes,
quorum aetas plurimam ob caloris defectum excrementorum co-
piam coaceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad ex-
purganda huiuſcemodi recrementa, tum etiam ad conſeruandum
atq. placidi cuiuſdam uenti inſtar excitandum, accendendumue ca
lorem, qui ſecus nimio torpore exſtingui periclitaretur. Attamen
in praeſcribendis ſenum exercitationibus quatuor animaduerti de
bent, uires, corporis affectus, conſuetudo, & uitia particularia, E
quae plerumq. ſenum corpora infeſtare ſolent. ratione uirium,
quas ſenes ſemper imbecilliores habent, acutas exercitationes, ue-
hementes, & multas quae corpus ſiccant, extenuat, & infirmant,
maximopere cauere debent, ſequi uero mitiores, quales ſunt geſta
tio, ac intra laſsitudinem inambulatio. Prodicus enim qui ualetudi
1. Rhe. c. 5. nis ſtudioſiſſimus exſtitit, & ob id (Ariſtotele auctore) ea omnia,
quibus ceteri cum uoluptate utuntur, recuſauit, iam ingraueſcen-
te aetate (ut refert Plato in Phaedro) Athenis ad Megarae moenia
ibat, indeq. domum reuertebatur. quae exercitationis menſura
haudquaquam omnibus ſenibus accommodari poſſet, cum Plato
ipſe eum & ſibi, & alijs nimio exercendi ſtudio moleſtiam pepe-
riſſe dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus pluſquam octo
ginta, quotidie fere, ut ſcribit Galenus, domo ad forum ſtadiorum F
trium ſpatio, atque interim ad uiſendos aegrotos pedibus ambula-
re ſolebat. quod ſi ei longius ire neceſſe erat, ſella, aut uehiculo ute
batur. Ad haec narrat Plinius ſecundus, Spurinam uirum in uiuen
do maxime prouidum, quiq., aurium, & oculorum uigore inte-
gro, necnon agili ac uiuido corpore, ſeptuageſimum ſeptimum an
num attigit, hanc regulam conſtantiſſime ſeruaſſe, ut mane lectu-
lo contineretur, hora ſecunda indueretur, ambularetq. millia paſ-
ſuum tria, mox legeret, uel colloqueretur, deinde conſideret, tũ ue
hiculum adſcẽderet, peractisq. ita ſeptem millibus paſſuum iterum
ambularet mille, iterum reſideret, uel ſe cubiculo, aut ſtylo redde-
ret; ubi hora balinei nunciata foret, quae erat hieme nona, aeſtate
octaua, in Sole, ſi caruiſſet uento, ambularet nudus, deinde pila
moueretur, uehementer, & diu poſt modum lotus accumberet,

&

A & paullisper cibum differret. Ob totius corporis affectum exercitationes senum in hunc modum determinari debent, quoniam corpus optimi status, sicut in iuuentute ad uehementissimos quosque labores idoneum maxime est, ita in senecta se habet ad omnes mediocres; qui uero senes aut crassis sunt cruribus, aut lato pectore, aut cruribus, ultra quod par est, gracilibus, aut quorum corpus exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut ualgum est, uarumue, aut alio quouis pacto a mediocritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptum redditur, quae uitiosa membra magis offendere, quam iuuare possunt, ut uociferatio thoracem, ambulatio crura, & similiter. Iam uero consuetudo maximam sibi uindicat partem ad exercitationis speciem deligendam, quando Hippocrates dixit, eos, qui soliti sunt labores ferre, etsi fuerint imbecilles, uel B senes, non consuetis, fortibus, atque iuuenibus solitos facilius ferre. nam sicuti consueta minime lassant, quos exercent, immo etiam delectant, pariter insueta tum molestiam adferunt, tum lassant. Senes igitur omnes consuetis laboribus exercitari debent, sed tamen uehementia eorum remissa, quia, si corpora senilia uigorem, calorem, robur, & omnia denique diminuta habent, iuuentutis respectu exercitationes quoque minores requirere, rationi consentaneum est. Vltimo uitia corporum senilium propria exercitationum ipsis nequaquam conuenientium genus demonstrabunt: quae enim ex leui caussa, a uertigine, comitiali morbo, graui ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes euitare necesse est: similiter & in omnibus alijs affectibus, non solum senes, uerum & cuiusq. aetatis homines ita se gerere debent, ut ijs exercitationibus sedulo abstineant, quae C patientes partes magis exercere & perturbare natae sunt. Sic itaq. de ualetudinarijs, ac senilibus corporibus exercendis statuendum erit.

De corporibus sanis exercendis. Cap. IX.



QVICVMQVE corporis exercitationes sanitati inutiles minime reputarunt, in sanis eas prae ceteris commendandas esse dixerunt, tamquam necessarium prope exsistat, si exercitationes ad bonum habitum comparandum, atque ualetudinem conseruandam non ignobile auxilium praestant, quod in sanis maxime adiumentum ostendere possint. Hoc tamen uerum est, antiquos medicos multas sanorum corporum differentias effecisse, inter quas primum locum obtinet cor-

pus illud perfecta sanitate praeditum, quod mensura, & regula ce- D
teris positum fuit, potiusq. mente designari, quam in ulla regione
1. de tu. ua. cap. 7. re ipsa inueniri potest: etsi Galenus multa corpora temperata in
sua regione inueniri memoriae prodiderit. De tali namque corpo
re nullibi exsistente sermonem non sum habiturus, sed de illis tan-
tum agam, quae ita praesente sanitate fruuntur, ut ualeant sine ul-
la molestia cunctas illas actiones obire, quae communiter ab omni
bus exercentur. cum enim medicus artifex sensilium rerum exsi-
stat, quae sensui sese produnt, & non quae sola cogitatione com-
prehenduntur, tractare debet. Haec itaque corpora sana, quoniam
quotidie comedunt atque nutriuntur, necessario multa excremen
ta generant, quae nisi continuo a corpore per exercitationes edu-
cantur, tandem prauas dispositiones ingenerant: unde prudenter
6. aph. 28. scripsit Galenus, hominem, si utatur mediocri exercitatione, & be- E
ne concoquat, corpus a superfluitatibus mundum reddere. Verum
enim uero in sanis quoque plurima consideratione digna sese offe
runt tam ex parte exercitationum, quam ex parte exercitandorum.
Ex parte exercitationum sciri debet, nullam exercitationem, nec
uiolentam, neque immodicam esse debere, ut in libro περὶ μικρᾶς
σφαίρας adnotauit Galen. & propterea exercitationes fossorum, &
messorum nemini fere eorum conueniunt, qui prospera ualetudi-
ne fruuntur; celeres motus, & uehementes in robustis commendā
tur, qualis lucta, discus, pila, & huiusce modi, eo magis si consueti
fuerint; moderati omnes quibus uis fere aptantur. Porro ex parte
corporum exercitandorum his mentem adhiberi oportet, consue-
tudini, aetati, habitui uniuersali corporis, particulari rationi, ui-
uendi, necnon temperaturae. De consuetudine saepius diximus F
etiam in omnibus obseruari debere, si quidem quae cōsuetae sunt
exercitationes, licet sint aut nimis uehementes, aut nimis remissae,
inassuetis maiorem utilitatem, atque delectationem pariunt; at si
quis uel minus, uel plus quam consueuit interdum exerceatur, pro
tinus molestia euidenter afficitur, ita non raro febres hac ratione
lib. de caus sis mor. c. 2. 1. de diffe feb. c. 2. contingere, scripserit Galenus dum exercitationes consuetae di-
mittuntur. Quod uero ad aetatem pertinet, iam diximus, proue-
ctos, & senes remissiores quam ceteros, & pauciores exercitationes
poscere; pueri, iuuenes, atque uiri motibus fere omnibus pro sua
quisque aetate sufficiunt, modo aliud quid non prohibeat, aut mo
dum corporibus priuatorum, & non athletarum conuenientem
minime exercitationes transscendant. Iuuenes enim (dicebat Hip-
pocrates, siue Polybus in primo de morbis) si plus consueto labo-

A rent, conuulsionibus fortibus, & rupturis uarijs carnium, uenarumq. statim, & magis, quam senes tentantur; quod corpus robustum, & siccum habent, carnem densam, ualidam, ossibus tenaciter adhaerentem, cui circumdata cutis ualde tenditur. quae omnia minus senibus insunt, & propterea illi rarius huiuscemodi malis capiuntur. De uniuersali autem corporis habitu sic determinandum censeo, quod pingues, & obesi, quanto magis exerceantur, tanto prosperiore sanitate utuntur, quando dicebat Aristoteles, a motu pinguedinem eliquari; quod si etiam exercitationes sint uehementes, atque acutae, nihil omnino nocebunt. Nam Hippocrates corpulentorum itinera uelocia debere esse uoluit: quin etiam Galenus inter cetera, quae ad extenuandum uirum illum obesum quadraginta annos natum administrauit, se cursum uelocem adhibuisse testatur. Contra Graciles in consummata fere quiete detineri postulant, quia sicuti corpulenti, & crassi cōtrarias habitudines ex cōtrarijs ortas habent, ita contraria pro ipsorum salute exposcere uidentur, alioqui magnopere laeduntur; sicq. aliqui sunt, quibus exercitatio prodesse iudicetur, ij proculdubio pauca, & ualde remissa opus habent. unde sapientissimus Hippocrates summa ratione iussit, ut graciles iter facturi lentis passibus incedant, quos item Mangones & Medici crassefacere uolentes, uirgis uerberabant, ut caro eleuaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui uero inter pingues, & graciles, uel εὔσαρκοι, siue quadrati, uel parum ad alteram partem declinantes exsistunt, si mediocriter, aut etiam uehementer, modo non immodice exerceantur, utilitatem insignem percipiunt; nimirum cum eorum calor ita magis conseruetur, superfluitatesq. quotidianae exhauriantur. De particulari membrorum habitu idem dicendum, crassas scilicet partes magis exercendas, tenues minus, nisi earum tenuitas ex nutrimenti distributione impedita, uel defectu proficiscatur: quo in casu, & exercitatio conuenit, & genus illud unguenti, etiam pilis auellendis a medicis excogitatum, Dropax uocatum, de quo Martialis lib. 3.

3. de partibus aialiū cap. 9.

14. Meth. cap. 15.

lib. de sal. diaeta. 10. aph. 1. de tu. ua.

de sal. diaeta. aph. 10.

B C

Psilothro faciemq. lauas, & dropace caluam,
Nunquid tonsorem Gargiliane times? & lib. 2.
Laeuis dropace tu quotidiano,
Hirsutis ego cruribus, genisq

Pariter, & partes omnes corporis mediae inter graciles, & crassas exercendae sunt. In ratione uiuendi hoc insuper animaduerti debet, ut, qui parum comedunt, parum exerceantur, iuxta Hippocratis legem, ubi fames laborandum non est; qui item uigilant, ab- 2. aph.

exercitationibus arcendi, ne magis exsiccentur, neue molestiae mo D
lestia maior superaddatur, contra qui multum comedunt, multum
exerceri debent; quoniam dicebat Hippocrates, non potest homo
comedens sanus uiuere, nisi laboret: in talibus enim opus est mul-
to calore, ut multum concoquant, multus calor ab exercitatione,
dicebat Galenus, facile suppeditatur, praeterea multum mandu-
1. δ tu ua. cantes magnam excrementorum copiam aggenerant, quae nisi ma
gnis, & multis laboribus diminuatur, in prauas dispositiones cor-
pus deducunt. qui similiter multum, & profunde dormiunt, mul-
tis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem in istis per-
spirationes retinentur, atque adeo sanguinis copia partes exterio-
res deserit, subitq. interiora, ut adacto cultello non aeque efflue-
3 de histo. aĩaliũ.c.19 re ualeat, quemadmodum scribit Aristoteles, & ob id somnolenti
omnes decolorati euadunt; unde hos satis exercitari necesse est, E
quo perspirationibus aditus pateflat, sanguisue ad exteriora seruan
da atque nutrienda reuocetur. Demum ob temperaturae rationem
sic de exercitationibus iudicium ferendum credo, ut sicci uel nihil
omnino, uel lente satis, & minimum laboriose exerceantur. nam
exercitationes, quas suapte natura exsiccare constat, si in siccis cor-
poribus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo sanae men
tis dubitarit. Calidi quoq. & praesertim acri, ac mordaci calore
praediti exercitationes modicas requirunt, ne a motu plus aequo
4. Aph. 13. incalescant, ipsisque, ut scribit Galenus, solae in necessarijs actio-
6. epid. cõ. nibus obeundis motiones factae sufficiunt. Vnde Aristoteles, quae-
4. aph. 15. 6. partic. rens, cur alij sedendo pinguefiant, alij macrescant, ideo euenire di-
Prob. 1. cit, quoniam alij frigidi sunt, alij calidi, alij excrementosi, alij non;
& qui calidi sunt, pinguefiunt sedendo, cum eorum calor sine mo- F
tu cibi concoctioni sufficiat, similiter & non excrementosi. Qui
uero excrementis abundant, & frigida temperie sunt, macrescunt
sedendo, quoniam a quiete eorum calor quasi torpescit; & ob id mi
nus concoquit; pariter & excrementa non expelluntur, immo cre-
scunt. De calidis huiuscemodi Hippocrates sermonem habuit,
6. Epid. sect. 4. quando dixit: Ἐν θέρμῳ φύσει ψύξις, ποτὸν ὕδωρ, ἐλλινύειν, uideli-
cet, quod calidis naturis refrigeratio aquae potus & quies conue-
niunt; similiter & cum scripsit: ὁκόσους δὲ δίψαι λαμβάνουσιν, τουτέοισι τῶν τε σιτίων, καὶ τῶν ταλαιπωριῶν ἀφαιρέειν, ijs scilicet minuen-
dum esse & laborem & cibum, quos ob calorem infestat sitis. Ex
quo simul clarum efficitur, frigida corpora uehementer atq. mul-
5. partic. tum exercenda esse. Porro an humida ab exercitationibus iuua-
prob. 9. men percipiant, nõ immerito dubitari posset; eo quod Aristoteles
scri-

A scriptum reliquit, corpora humida a labore suffocari, quia a calidi-tate motus humidum in uapores conuertitur, qui mox copiosi & feruidi effecti calorem natiuum suffocant: attamen ratio secus persuadere uidetur, quae demonstrat humida corpora excrementis abundare, & propterea ipsis labores ualidos congruere, tum ad exuberantem humiditatem consumendam, tum ad superfluitatum copiam adimendam. Quapropter, sicuti notat Petrus Apponensis, sententiam Aristotelis de illis intelligere oportet, in quibus quatuor concurrunt, ut sint humidi & calidi, ut humiditas sit multa, euaporabilis, atque circa pulmonem: tales enim si laborent, & multum exerceantur, periculum est, ne humiditas a calore intrinseco acuto in uapores conuersa pulmonis, & cordis regionem occupando suffocationem inducat. Qui ab his humidam corporis tempe-B riem possident, nullum nocumentum, quinimmo egregiam utilitatem ab exercitationibus & laboribus percipiunt; aque hac ratione ex mulieribus humida temperie in uniuersum praeditis illae saniorem, & minus molestam uitam degunt, quae diutius, & ualentius elaborant, & exercentur, sicut & eaedem apud quas gentes & in quibus locis laborare consueuerunt, facilius pariunt, ut scribit Aristoteles; neque uterum difficulter gerunt, cum labor ea recrementa cõsumat, quae in mulieribus otiosis, & sellularijs augentur. 4 de gen. aĩaliũ. c. 6. Quaecumque uero corpora calida simul & sicca sunt, nullo pacto exerceri conuenit; quae calida & humida, exercitationem admittunt, at moderatam, non uehementem, non citatam: frigida & sicca ratione frigiditatis exercenda sunt, ratione autem siccitatis neq. celeres, neque ualidos motus requirunt, sed moderatos & potius C lentos: frigida atque humida omnium maxime ab exercitationibus uehementibus, & uelocibus iuuantur, quippe quae superuacaneam humiditatem absumunt, & calorem natiuum excitant, augentque. Sic igitur de corporibus exercendis in uniuersum determinatum sit.

De locis in quibus exercitationes fieri debent. *Cap. X.*



TANTA est locorum uis, atque proprietas, quibus res in ipsis factae uarijs modis disponuntur, ut non modo plantarum naturae, sicuti Theophrastus scribit, non modo brutorum facultates, quemadmodum auctor est Aristoteles, uerum & ipsorum hominum corpora, atque animi, secundum Hippocratis & Platonis sententiam, prout in diuersis locis uel na-

ſcuntur, uel aluntur, diuerſis atq. mirificis condicionibus afficiantur. Quapropter maximis laudibus digni ſunt ueteres medici, qui in ſingulis fere eorum artis operationibus locorum qualitates conſiderandas omni diligentia praeceperunt. Nam exſtant loca, atque regiones, in quibus, ſi ea fiant, quae in alijs feliciter aguntur, contrarium prope finem conſequuntur: id quod prae ceteris illi quoque magnopere ſpectare debent, qui uel ſanitatis tuendae, uel boni corporis habitus acquirendi gratia propria, atque etiam aliorũ corpora exercere uolunt: qui niſi in eligendis opportunis locis ualdementem adhibeant, ſaepenumero dum iuuare credunt, non contemnenda damna, neque negligendas affectiones incurrunt. Circa itaque loci ad exercendum electionem tria praecipue magna conſideratione digna occurrunt; Primum eſt, ut ſit ab optimis uentis perſpiratus, & a prauis obtectus: unde loca ad ſeptemtrionem, & orientem, a quibus ſalubriores aurae perflant, poſita occidentalibus, & meridionalibus continuo praeferenda erunt: illa enim neque immodico calore ferueſcunt, neque frigore, & humore ſitus contrahunt, nec pernicioſis uaporationibus, a flatibus adductis, inficiuntur; haec uero praeter aeſtum & frigus intenſum, quae modo uno tempore, modo altero inducuntur, inſaluberrimas perſpirationes uentorum ratione plerumque patiuntur. quod ſi loca haberi poterunt, quae uentorum tranquillitate fruantur, quaeq. prorſus temperata ſint, qualem & Hippocratis, & ſuã patriam exſtitiſſe refert Galenus, proculdubio haec cunctis praeſtabunt: alioqui maxime curandum erit, ne uehementiſsime ſaltem ibi uenti ſpirent, quod corpora ſeſe exercentium a motu, atque calore aperta facillime uentorum incurſus ad interiora admittunt, atque ſic poſtea perniciosos affectus ingenti periculo concipiunt. Atque hac ratione a uentis, & optimo caeli ſitu deſumpta factum puto, ut alij hiemales, alij aeſtiuas thermas exſtruxerint: nam hiemales in tranſtiberina regione Aurelianum Caeſ. feciſſe, auctor eſt Vopiſcus, quae ad meridiem expoſitae ſolis radijs attẽperabantur, & proinde hiemalibus exercitationib. ualde accommodatae erant. Aeſtiuas uero aedificaſſe Gordianum Iuniorem, ſcribit Iulius Capitolinus, quae inter Coelium montem, & Eſquilias poſitae opacitatem quandam blandam, & gratiſsimas umbras exercentibus ſe praebebant. Secundum in electione loci conſiderandum eſt, ut ſit apertus, non concluſus, non opacus, quoniam, ubi liberior exſiſtit aer, minusq. conſtipatus, corpora in ipſo exercitata agiliora, & uiuidiora redduntur, quam ſi in craſſo, denſo, & concluſo exercerentur. Atque hinc

2. ã tu. ua. cap. 7.

D E F

A est, quod (ut libro 2. diximus) inter loca deambulationibus destinata, Vitruuius, & Cornelius Cel. magis hypetron commendarũt, quam porticus & hypogaeum, sicut & Phaedrus apud Platonem in dialogo ipsius nomine inscripto ex sententia Acumeni medici, cuius etiam a Xenophonte celebris fit mentio, deambulationem extra ciuitatem factam ei, quae in ciuitatibus efficitur, praetulit hisce uerbis: τῷ δὲ ἐμῷ καὶ σῷ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, idest, Meo autem & tuo obediens sodali Acumeno in uijs ambulationes facio: has enim dixit minorem lassitudinem parere, quam illas quae in cursibus aguntur. De hoc enim Platonis loco cum supra promiserimus, nos plura dicturos, iam occasio pollicita seruandi opportuna sese offert, eo magis quod Marsilius Ficinus, uir alioqui doctissi-

In lib. de dic. au. fac. Socrati.

B mus, dum Phaedri sententiam esse credidit, ut faciliores sint ambulationes, quam cursus, duplicem errorem turpiter commisit; tum quia textus Graeci litteram, aut non intellexit, aut sine necessitate transmutauit, dum loco τῶν ἐν τοῖς δρόμοις, perinde transtulit, ac si textus habuisset τῶν δρόμων, tum quia Phaedro, & Acumeno ridiculam prope rem se adscripsisse non animaduertit: quis quaeso adeo insulsus, & ignarus est, quin cognoscat ambulare facilius esse, quam currere? Melius igitur Ianus Cornarius, qui nuper Platonem Latinum fecit, sententiam illam interpretatus est, cum Phaedrum fecerit dicentem salubriores esse ambulationes in uijs, quam in cursibus factas. quod ut accipiendum, atque intelligendum sit, uarias inueni doctorum hominum opiniones; alij nãque arbitrati sunt, δρόμους siue cursus apud ueteres Graecos fuisse

C in urbibus uias planas, sed ob lapides stratos asperiusculas, & breues ita appellatas ob frequentiam hominum per eas ambulantium; eo pacto, quo etiam hodierna die apud multos ciuitatum uiae magis frequentatae Cursus nuncupantur. cui sententiae opitulari uidetur Hippocrates 5. Epid. ubi mentionem cuiusdam facit, qui prope cursum habitabat his uerbis: ὁ παρὰ τὸν δρόμον οἰκέων, τῆς νυκτὸς αἷμα ἐμέσας, idest, quidam prope cursum habitans nocte sanguinẽ euomuit, ὁδοὺς uero siue uias dixerunt fuisse quascũq. uias extra ciuitatem nulla arte fabricatas, nullis legibus stratas, sed inaequales, minime planas, & deniq. tales, quales uel natura, uel casu factae reperiũtur: atque ideo Acumenum magis ambulationem in uijs, quam in cursibus probasse: quoniam sicuti secundum Celsum, & ipso antiquiorem Aristotelem fortasse Acumenum in hoc secutum, τῶν περιπάτων οἱ κατὰ τὰς ὁδοὺς ἀκοπότεροί εἰσιν οἱ ἀνώμαλοι τῶν εὐθειῶν. id

lib. 1. ca. 2. 5. partic. Prob. 1. 37

est ambulationum illae minus delassant, quae fiunt in uijs inaequalibus, quam rectis, cum ambulantes per loca plana, & aequalia semper ijsdem membris laborent, ambulantes uero per inaequalia toti corpori laborem magis distribuant, & iccirco minus defatigentur; ita ambulationes per uias factae, ut pote inaequales factis in cursibus nimirum aequalibus exsistentibus faciliores eadem ratione exsistunt. Alij dixerunt τοὺς δρόμους exstitisse loca quaedam tractu breui ambulationibus dicata, similia ijs, quae in palaestra antiqui ob ambulandi commoditatem aedificabant, quaeq. ἐπιδρομίδας uocatas tradit Vitruuius, & quorum clarissimam mentionem fecit Eupolis apud Laertium in Platone, ἐν εὐσκίοις δρόμοισι Ἀκαδήμου θεοῦ, id est, in ambulacris Academi Dei umbrosis. uias uero exstitisse illas, quas paullo ante ex praedictorum opinione indicauimus, & ob id Acumenum recte sensisse, dum ambulationes in uijs minus, quam in cursibus defatigare censuit; quandoquidem Aristoteles scriptum reliquit, eos ambulando magis defatigari, qui per uias breues euntes saepe ac saepius repetere coguntur, quam illi, qui longas uias perambulantes numquam repetunt, cum illi priores modo quiescentes, modo euntes ab inaequali motione perturbentur, quod minus istis euenire perspicuum est. Hos postremos melius ceteris sensisse, semper ego putaui, non tum quod ambulatio in uijs peracta eligibilior sit, quam in cursibus, tum ob rationes praedictas, tum ob liberiorem, & puriorem aerẽ, qui non in locis breuibus & occlusis, sed in uijs apertis crebrius infunditur: quam quod cursum ita Platonem in Phaedro intelligere, uerisimilius est, quando & in principio Theaeteti simili uoce in eadem prorsus significatione uti uidetur sub his uerbis: ἄρτι γὰρ ἐν τῷ ἔξω δρόμῳ ἠλείφοντο ἑταῖροί τε τινες οὗτοι αὐτοῦ, καὶ αὐτός, νῦν δὲ μοι δοκοῦσιν ἀλειψάμενοι δεῦρο ἰέναι. id est, nuper enim & ipse, & isti eius sodales in exteriori cursu uncti sunt. Nunc autem uncti huc accedere mihi uidentur: quod idem innuisse uidetur Antyllus apud Oribasium. Atque hactenus de Platonis loci explicatione. Tertium circa capienda loca illis considerandum, qui ob sanitatem conseruandam, atque optimum habitum comparandum corporis exercitationibus operam nauant, est, ut omne studium adhibeatur, ne a finitimis regionibus ad exercitationis locum ulla labes emanare ualeat, quae aerem inficiens mox corpora exercitata spongiae instar quiduis recipientia labefactet: talia namque solent esse loca prope paludes, stagna, specus, lacus, syros, atque huiusmodi, quae sedula, & ingenti cura semper euitare oportet. Eadem ratione

(margin: D, E, F; 5. partic. Prob. 1.)

A tione & loca secundum mare ad meridiem aut occidentem spectantia fugienda erunt; quoniam, Vitruuio auctore, caelum meridianum per aestatem sole exoriente calescit, meridie ardet, unde exercitari sine magno incommodo nemo ibi potest. Quod si superbissimae atque innumerae illae porticus ob deambulationes, & alias exercitationes, ut supra retulimus, erectae, si amplissima illa gymnasia ad hoc a maioribus nostris magnifice exaedificata haberetur, nullus profecto locus aptior inueniri posset, qui omnibus fere exercitationum generibus magis sufficeret: sed, quoniam illorum ruinas uix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unus quisq. locum secundum condiciones iam explicatas eligat, illud semper mēte reuoluens, quod, tametsi multae sint exercitationes, quae loca angusta, & occlusa exposcere uideantur, in ijs tamen haud parum B delectum quoque haberi debere: ut, si non omnes qualitates, aliquas saltem earum, & meliores ex ijs, quas in medium proposuimus, habeant. Quamobrem scitissime consuluit Galenus, ut domus, in qua exercitandi sunt homines, hieme calida, aestate frigida, uel semper temperata eligatur; sin minus, procuretur, ne ipso praesertim die calidior, frigidiorue sit, quam publicus totius urbis aer. Quas omnes praedictas condiciones uno uerbo complexus esse uidetur Aetius Amidenus, ubi gestationem, nauigationem, & omnem denique exercitationem in salubri loco, & puro aere fieri debere, scripsit. Aliae similiter possent indicari locorum condiciones, nempe inaequalitas situs, planities, & huiusmodi: sed, quia partim explicatae fuerunt, partim superuacaneae sunt, plurimae sub praedictis comprehenduntur, huic tractationi de loco finem C imponens temporis explicationem aggrediar, ubi prius adnotauero, cogi interdum homines sese in loco a sole percusso exercere, qui magnopere cauere debent, ne umquam sedeant, uel quiescant, siquidem Aristoteles scriptum reliquit, se exercentes sub sole magis uri dum sedent, quam dum mouentur; quoniam cum in motu sunt aerem agitant, quasique spiritu uentilantur; cum uero sedent, quia aer immotus permanet, uim solis acriorem experiuntur.

lib. 1. c. 4.

1. d̄ tu. ua. cap. 7.

lib 3. c. 7.

38. partic. prob. 6.

De-

De tempore exercitationibus apto. *Cap. XI.* D



Vo sunt temporis genera naturalia, ita ab auctoribus medicinae appellata, sine quorum obseruatione non modo res ad sanitatem pertinentes, uerum etiam actiones, atque operationes hominum omnes male infeliciterq. peraguntur: alterum est uniuersale, sub quo uer, aestas, autumnus, & hiems comprehenduntur: alterum particulare, quod singulorum dierum horas separatim complectitur. Dixi naturalia, ad differentiam accidentalium siue contingentium, quae non ita perpetuo, & firmo ordine eueniunt, sicut illa: nam tempus australe, aquilonare, boreale, nimis frigidum, calidum, aut siccum, nubilum, serenum, lucidum, nebulosum sunt differentiae accidentales inordinate, atque contingenter euenientes: de quibus in exer- E citandis corporibus in hunc modum breuiter statuendum erit, uidelicet singulas illas temporum constitutiones euitandas esse, in quibus uehementissime uenti perspirant, praesertim quando pessimi sunt, ut australes, & aquilonares plurimi, a quibus corpora motu rarefacta, & infirmata ualde laeduntur. similiter quoque fugienda sunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis sicca. Nimium enim frigus, cum a calore exercitatorum superari nequeat, fortius eos afficit; quia, auctore Aristotele, pingue, a laboribus consumptum, calorem, & teporem seruare non potest. amplius corpora motu perspiratiora, & solutiora effecta, meatusq. per sudationem patefacti frigus intima maiore ui penetrare permittunt. accedit etiam quod sese exercentes aerem continuo permutant, ac permouent, & iccirco, uti dicebat Aristoteles, currentes hieme magis rigent stantibus, quod aer nostra ambiēs corpora, cum stamus, ubi semel concalefactus est, nullā amplius molestiam infert; cum autem currimus, alius atque alius subinde frigidus occurrit, itaque fit, ut magis rigeamus. Pariter qui in extremis frigoribus exercentur, uehementius a rigore percutiuntur: nimius praeterea calor exerceri uetat, nec non siccitas immodica, quoniam alter calorem natiuum, & uniuersum corpus immoderate resoluit, altera magis, quam par sit, humiditates exsiccant. Tempus item exercitationibus serenum, atque lucidum eligendum erit, fugiendum uero nubilum, obscurum, crassum; quando sic aer deprauatus etiam absque exercitatione apertos corporis meatus facile subit, humoresque se cum inuehens membris non sine noxa affigit, & per consequens grauiora non sine ratione corpora reddit, animumq. de-

6. partic. prob. 6.

6. partic. prob. 12. F

A inceps grauat: quod in sereno nusquam animaduertitur, quin potius ab illo corpora ad motum adiuuari, spiritusq. suapte natura lucíditati amicos confirmari, & animum recreari perspicuum est. id quod Hippocratem significasse puto, ubi dixit, ἅμα ταῖς ὥραισιν μεταβάλλονται ἀι κοιλίαι, καὶ τὰ πνεύματα, uentres scilicet & spiritus temporis constitutionibus commutari. Porro de naturalibus tēporis exercendi generibus uaria ab antiquis determinata inuenio, & primo, quantū attinet ad uniuersale tempus, Aristoteles ex sententia omniū ueterū auctorum censuit potius exercēda esse humana corpora in aestate, quam in hieme, sub nomine hiemis, ut Petrus Apponensis iudicauit, autumnum hiemem & uer intelligens. Atque ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quod in aestate calor naturalis languidus, ac debilis exsistens minus cibos, crudosque humores concoquit: unde excrementa plura generantur, & ob id exercitatione calor natiuus magis excitandus, ut concoquat honestius, magisq. sudor motu proliciendus, quo excrementa illa exinaniantur, neq. intus retenta putredinem contrahant. In hieme uero, quod ualidiore exsistente natiuo calore, & per consequēs melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa paucissima generantur, atque inde minus illa educi necessarium est, neque exercitatio conuenit, quae exiguam utilitatem afferens periculum magnum adnexum habet, ne scilicet aer hieme madore oppletus corpora motu reclusa illabens magnopere laedat. Ex altera parte uetustissimus auctor Hippocrates, siue Polybus tria exercitandos homines admonitos uoluit, ut lassitudinem omni tempore cauerent, ut deambulationibus matutinis corpus exercerent, ut hieme & frigido tempore magis ac diutius exercerentur, cessantes tamen priusquam lassitudinem, atque calorem sentirent: Hippocratem deinde secutus Soranus Ephesius, Paulus Aegineta, & alij medici multi aestate, & autumno minus, hieme & uere plus exercendum esse maluerunt, iudicantes aestate, atq. etiam autumno corpora ab ambiente aere satis exsiccata, squalentiaq. reddita haud amplius per motum arefieri debere, neque item calorem alioqui languidum, & imbecillem magis retundendum minuendumue. Galenus uero, multarum rerum, quas medici sequuntur, auctor bonus censuisse uidetur; quod sicuti corpora temperata in tēperato tempore, nempe uere, exerceri postulant, simili pacto corpora frigida in calido, calida in frigido, humida in sicco, sicca in humido exercenda sint: quasi semper illud obseruari debeat, ut corporibus ad aliquam intemperiem declinantibus tempus atque locus

[Margin notes: lib. de aere aq. & loc. — 2 partic. prob. 21. 37 & 42. — B — 3. de dieta. — C — In Isagoge medicinae cap. 5. — Lib. 1. c. 53 — 2. de tu. ua. cap. 7.]

cus contraria in exercendo eligantur. Neque hoc in loco praeter- D
lib. 9. epist. Epist. pen. ad Fuscũ. mittendum censeo, quod Plinius iunior scribit de exercitatione aestatis tempore a se fieri solita, ubi a Fusco interrogatus, quomodo diem aestate in Tuscis dispensaret, in hunc modum respondit de exercitationibus: ubi hora quarta uel quincta, neque enim certum dimensumq. tempus, ut dies suasit in xystum me uel cryptoporticum confero, reliqua meditor, & dicto; Vehiculum adscendo. Ibi quoque idem quod ambulans, aut iacens. Durat intentio mutatione ipsa refecta, Paullum redormio, deinde ambulo, mox orationem Graecam Latinamue clare, & intente non tam uocis caussa, quam stomachi lego, pariter tamen & illa firmatur: iterum ambulo, ungor, exerceor, lauor. & paullo post. Nonnumquam ex hoc ordine aliqua mutantur. nam si diu iacui, uel ambulaui, post somnum demum lectionemq. non uehiculo, sed quod breuius, E
Plu. in lib. d tuẽ. san. quod uelocius, equo gestor, uenor aliquando. In particulari porro tempore exercitationis describendo Aristoteles aliquando motum eum (ut ipsi etiam imputat Plutarchus) qui post sumptum cibum fit, commendauit, eo quod tunc calor a motu auctus cibum mox ingestum facilius concoquat, cuius tamen contrarium euenit, quando per motum calor a uentriculo ad uniuersum corporis ambitum retractus non solum non adiuuat concoctionem, quinimmo impedit, crudosq. & indigestos succos intra uenas rapit. Igitur
Loc. cit. si Aristoteles hanc habuit sententiam, in manifesto errore deprehenditur, tanto magis quod Hippocrates, Galenus, & omnes deni que probati medici uno ore pronunciarunt, semper exercitationẽ
lib. de cib. bo. & ma. succi. ante cibum esse faciendam. ὥσπερ γὰρ, dicebat Galenus, μέγιστόν ἐστιν εἰς τὴν ὑγιείαν τὸ πρὸ τοῦ σιτεῖσθαι γυμνάσιον, οὕτω καὶ βλαβερώτατον ἐπὶ σιτίοις ἡ πᾶσα κίνησις. idest, quemadmodum enim ad sanitatem maxime conducit ante cibum peracta exercitatio, ita quiuis motus post cibum perniciosissimus exsistit. Nam dum exercitatio cibos praecedit, duplex ac utraq. insignis succedit utilitas, altera quod calor natiuus excitatur, augetur, & ad futuram concoctionem perbelle praeparatur, altera quod succos utiles in uniuersum corpus, prout destinati sunt, optime distribuit, excremẽtis faciliorẽ exitum praebet: quae alioqui si retineantur, obstructiones, ac multos alios morbos retuso natiuo calore progignere solent. Ex aduerso si post cibum quis exercitationes adeat, nedum uniuersi corporis habitui innumerae cruditates infarciuntur, uerumetiam uniuersalis succorum coctio impeditur. id in omnibus euenire testatus est Teophrastus, ubi, quae coquuntur, a motu impediri hunc F

in

A in modum ſcripſit, ἐπεὶ καὶ τὰ ἑψόμενα κωλύεται, μὴ ἐν καιρῷ κι-
νέμενα. Quocirca magnopere damnandi ſunt Eraſiſtratus, atque 2. de ca. pl.
Diocles, qui falſis rationibus decepti ſanguinem excreantes phtiſi- cap. 20.
cos, aliosq. plurimos ualetudinarios deambulationibus poſt cibũ Coel. Aur.
exercebant. Quae tamen de motu uehementiore intelligenda pu- lib. 2 chro
to, quod Auicennas exiguum a cibo motum in uentriculo melius c. 13. & 14.
eum accommodare, praeſertim quando mox dormiendum eſt, do
cet. quod etiam Ariſtotelem ſignificaſſe conſentaneum eſt, ubi
ſcripſit, ambulationem poſt cenam efficere, ne ad os uentriculi ſu
pernatent edulia. Tria tamen hoc in loco obſeruanda eſſe iudico:
primum eſt, ut nullus exercitationem moliatur, niſi prius excre-
menta per nares, os, aluum, & ueſicam expulerit, cum haud tutam
eſſe exercitationem non inanito corpore clament Galenus, & Aui 2. ď tu. ua.
B cenna, & ad haec etiam heſternus cibus apprime concoctus ſit; quo cap. 2.
niam ſi prius uel poſterius quis exercitationem adeat, aut crudis hu lib. 1. fen.
moribus, uarijsq. recrementis implebitur, aut pallidae bilis pro- 3 doc. 2. c.
uentum augebit. cognoſcetur autem cibum iam concoctum eſſe, 3.
tum ex eructationibus, tum ex urinis, quae dum albidiores ſunt, ab
ſtinendum a motu demõſtrant, dum uero ex albidis flauiores eua-
ſerunt, iam tempus exercendi adeſſe indicant. Secundum obſer-
uandum eſt, ne ſtomacho immodice uacuo ac plane eſuriente la-
bor, uel exercitatio obeatur: quoniam hoc pacto eueniet, ut inge
ſtus cibus, nec dum accomodatus concoctusue a ſtomacho rabien
te, & conſequenter a membris ualde famelicis auide nimis rapia-
tur, & proinde cruditates, & obſtructiones innumerae ſuborian-
tur. quod probe intelligens Hippocrates dixit, ὅκου λιμὸς οὐ πονητέον, 2. aph. 16.
C ideſt, ubi fames, laborandum non eſt. Tertium obſeruandum eſt, Auic. li. 1.
ne ſtatim poſt exercitationem cibus aſſumatur, ſed modica interij- fen. 3. trac.
ciatur mora, quouſq. feruor remittitur, & agitatio corporis iam ſe 2. cap. 3.
data appareat. id quod Spurinam ſenem in ſanitate conſeruanda
diligentiſſimũ obſeruaſſe ſemper, auctor eſt Plinius iunior: quodq.
Galenus & ab Eraſiſtrato, & ab alijs antiquioribus medicis confir- 6. epid 3.
matum fuiſſe, ſcribit; craſſi tamen qui tenuiores fieri ſtudent, exci- 6. Epid.
piendi ſunt, quos Hippocrates ſiue Polybus anhelantes ab exerci- cõ. 3. aph. 2
tatione cibum capere conſuluit in libro de ſalubri diaeta. Ariſtote partic. 5.
les quoque hoc ideo non eſſe faciundum cenſuit, quoniam corpus prob. 28. &
ſtatim poſt exercitationem adhuc purgatur a labore nondum quie 30.
ſcit, & praeterea excrementa citata redundant: unde nec fames tũc
oritur, neque calor cibo coquendo uacare poteſt. ob quod minus
etiam exercitati debent ſtatim frigida lauari, aut uinum, uel aquam
frigidam

frigidam potare: a frigida enim lotione hominem laedi metus est, D ut pote qui iam ex multa exercitatione, & rarior est redditus, & uacuus; uinum similiter caput exercitatis statim exhibitum uehementer ferit, qua ratione illud prorsus euitabant athletae post exercitationes, si Galeno credimus: frigidum autem ualde quodcumque exercitationes illico assumptum uentrem, & iecur offendit; nonnullos item neruis oblaesos, atque alios subito mortuos, quod post uehementem exercitationem uinum frigidum ualde biberint, refert Galenus. De hora autem diei particulari, in qua homines sani, de quibus fere tota est tractatio, exercitationibus corporis ualetudinis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum, & Auicennam reperio, Vere meridianam horam eligendam esse, quando aeris status temperatior exsistit: Aestate matutinam, ut diei aestus, quantum fieri potest, euitetur; quam horam in deambulando commendasse simpliciter uisus est Hippocrates, quamq. semper adamasse Alexandrum Macedonum regem, apud Plutarchum legimus: dum is reiectis obsoniorum artificibus longe se commodiores secum afferre, nempe matutinam ambulationem ad condiendum prandium, & prandij tenuitatem ad condiendam cenam dictitabat: Autumno & hieme uerspernam, nisi uel cibus mane sumptus, uel quid aliud uetat. Nam cum hisce temporibus mane aer frigidior sit, aliaeq. diei breues admodum partes in negotijs necessarijs consumantur, & praeterea cibus quantumuis exiguus mane sumptus non possit, nisi uespere, cōcoctus esse, ea sola hora exercitationibus apta ab antiquis probata est; unde Marcus Antoninus Imperator, qui ualetudinis omnium fuit studiossimus, breuissimis diebus, ut refert Galenus, sole occidente palaestram (ubi pila, cursu, F & pugillatu se exercuisse puto, quando huiuscemodi exercitationes ipsi summopere placuisse, atque in ijs plurimum ualuisse, scribit Capitolinus) ingrediebatur: longissimis autem hora nona, aut ad summum decima: Quam horam una cum octaua fere communem omnium hominum in exercendis corporibus fuisse, testari uidetur Martialis, ubi quomodo Romae diei horae dispensarentur, ad Euphemum ita scribit.

3. de sal. dieta 22.

2. de acutis

H. 3. de die.

6. d tu. ua. cap. 5.

lib. 4.

Prima salutantes atque altera continet hora,
Exercet raucos tertia caussidicos,
In quinctam uarios extendit Roma labores,
Sexta quies lassis, septima finis erit.
Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris,
Imperat exstructos frangere nona thoros,

Hora

A *Hora libellorum decima est Eupheme meorum,*
Praeparat ambrosias cum tua cura dapes,
Et bonus aetherio laxatur nectare Caesar,
Ingentiq. tenet pocula plena manu,
Tunc admitte iocos, gressu timet ire licenti,
Ad matutinum nostra Thalia Iouem.

quamuis alios etiam fuisse constat, qui hora ab octaua diuersa exercerentur: ut de Alexandro Seuero imperatore prudentissimo constat, de quo scribit Lampridius. Quod si necessitas cogeret, ante »
lucem actibus operam dabat. Post actus publicos seu bellicos, seu »
ciuiles lectioni graecae uariorum auctorum operam dabat; post »
lectionem, palaestrae, aut sphaeristirio, aut cursui, aut luctationi- »
bus mollioribus incumbebat, atque inde unctus lauabatur, ita ut »
B caldarijs uel numquam, uel raro, piscinis semper uteretur, in eaq. »
una hora prope maneret: biberet etiam frigidam claudiam ieiunus »
ad unum prope sextariũ. Egressus balneis multum lactis & panis su »
mebat, oua deinde, mulsum, atq. his refectus aliquando prandium »
inibat, aliquando usq. ad cenam differebat, pransus est tamen saepius. Horatius quoq. paullo diuersius, & se ipsum, & alios libere uiuentes in exercitationibus efficere solitos, attestari uidetur, ubi post multa haec scribit. Lib. 1. ser. Sat. 6.

Ad quartam iaceo, post hanc uagor, aut ego lecto,
Aut scripto, quod me tacitum iuuet, ungor oliuo,
Non quo fraudatus immundus Natta lucernis,
Ast ubi me fessum sol acrior ire lauatum
Admonuit; fugio rabiosi tempora signi
C *Pransus non auide, quantum interpellet inani,*
Ventre diem durare; domesticus ocior, haec est
Vita solutorum misera ambitione grauiq.
His me consolor uicturum suauius, ac si
Quaestor auus, pater atque meus, patruusq. fuissent.

Illud tamen hoc in loco nequaquam praetereundum existimo, quod maiores nostri, quorum maior pars uel exiguum quid, uel nihil omnino mane manducabant, semelq. tantum in die saturabantur, hora octaua diei, uel nona commode exerceri poterant, aut etiam occidente sole. Ceterum aetate nostra, quando uix unũ, aut alterum est inuenire, cui non sit in more positum & uespere, & mane cibis saturari; nulla in omni tempore opportunior apparet hora, quam matutina, paullo ante cibi sumptionem; nimirum cum corpora leuiora & ab excrementis magis libera, magis

ob praeuium somnum ualida, magis denique a quibus uis impedimentis soluta sunt, & praeterea minus imminet periculum, quin externus cibus probe confectus sit: sicut contra in uespere, cum nondum cibus concoctionem assecutus est, corpusq. superfluitatibus magis redundat, magisq. grauatur, potius quiescendum, quam exercendum esse, quisque uidet: uti quoque animaduertisse Auicennam arbitror, ubi dixit: In hieme uero rationi conueniens erat, ut fere usque ad uesperam tardaretur, sed alia prohibentia hoc uetant. Erit itaque fere perpetuo nostris hisce temporibus mane ante cibum quibuslibet sanis adeunda exercitatio, sique ullus auctor inuenietur, qui post cibum exercitationem commendet, modo prudenter consulat, non gratia sanitatis, aut habitus boni comparandi illud facere, sed potius gratia alicuius particularis affectionis curandae cognoscetur. Est & aliud hoc in loco magnopere considerandum, ueteres tam Romanos, quam alios multos semper dies, atque noctes separatim in duodecim horas partitos esse, atque alias diei maximas ut in aestate, alias minimas, ut in hieme, alias aequinoctiales uocasse: numerum autem hunc scribit Galenus tamquam omnium utilissimum ab ipsis delectum esse, quoniam dimidium continet, & duplum, & quartum & sextum, & duodecimum: quae nullus alius post ipsum numerus usq. ad uigesimum quartũ continere uidetur. Vnde ne quis horas diei antiquorum easdem cum Italicis, & multis alijs nostrorum temporum esse putans errandi in exercitationibus, aut alijs occasionẽ habeat, hanc horarum partitionem apud ueteres in usu habitam memoria tenere debet: sic enim & consuetudines probe iudicare, & antiquas nouis accommodare facile poterit.

D E F

li. 1. fen. 3. doc. 2 c. 3.

Lib. de cuiusque animi pec. notitia atque medela. c. 5

Quanta fieri debet exercitatio. *Cap. XII.*



EX ijs rebus, quae medicorum artem coniecturalem, & paene incertam efficere a multis creduntur, praecipuam remediorum omnium adhibendorum mensuram esse, semper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum aliquando tanti fecerunt, ut quasi eius cognoscendae spe deiecti medicinae opera exercere recusauerint. Quapropter & medicinae professores, & illi qui exercitationum ope sanitatem tueri student, omni cura, & diligentia opus habent, quo actionum suarum mensuram, & quantitatem cognoscant, sine quibus incredibilia erra-

ta

A ta committi solent, & plerumque (utar Plinij uerbis) inscitia capitalis euadit. cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur, iam quantum unusquisq. exercere debeat, monstrare conabimur. Et ne singula explicantibus nimis diuagetur oratio, uniuersa quantitatis exercitationum tractatio ex his constabit, Quis esse debeat exercitationis communis terminus: Quantum fortes, quantum debiles, quantum senes, quantum uiri, quantum pueri, exerceri debent; quantum hieme, aestate, uere, & autumno; quantum temperate uiuentes; quantum humidi, calidi, frigidi, & sicci; quantum ualetudinarij; quantum non assueti. his etenim cognitis nihil, quatenus ad praesens caput attinet, desiderare iure poterit. Sed antequam rem aggrediar, adnotandum duco, de corporibus aegris non futurum sermonem; tum quia paucas exercitationes B requirunt; tum quia secundum morborum uarietates uariantur exercitationum species, atque mensurae; & iccirco certa ratione definiri nequeunt. Terminus igitur exercitationum communis, quem Galenus, Oribasius, Auicenna, & Aetius Hippocratem secuti docuerunt, duplex est; unus, quando scilicet uapor sudori aliquantisper permixtus sentitur, uenae intumescunt, atque anhelicus permutatur: cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui succos concoquat, concoctos nutriendis membris distribuat, atque demum inutilia dissipet, nisi exercitatio tanta sit, & ad similem terminum perueniat: neque bene, neque perfecte illa omnia obtineri possunt. alter terminus est, ut tamdiu exerceatur unusquisque, quamdiu color floridus eius faciei, & corpori ingeneratur; motusque acriter, aequabiliter, & concinne edit; nec ullam effatu dignam lassitudinem percipit. quod si calor euanescere incipiat; uel corporis moles paullo contractior uideatur; uel lassitudo iam immineat: illico desistendũ est; ne, si ulterius progrediatur, corpus plus iusto gracilescat: boni succi una cũ malis exhauriãtur: & tandem calor naturalis debilior reddatur; & ideo loco roboris acquirendi uires potius destruantur. similiter ubi motuum alacritas, aequabilitas, uel concinnitas remitti quippiam collabiq. cernitur: utique statim desinere oportet; itidem si in sudore accidat ulla qualitatis eius, quantitatisue mutatio, quippe quem, & copiosiorem semper, & feruidiorem edi par est, prout motus uehementiores fiunt. cum igitur is aut minor, aut frigidior redditur, tum scito corpus exhauriri, refrigerarique, & siccari plus iusto. & proinde corpori exercitando diligenter attendere conuenit, ut, quando praedictorum signorum aliquod ap-

[Margin notes: Lib. 19. c. 1. — 5. de locis aff. cap. 5. — li. 6. c. 11. — li. 1. fen. 13. doc. 2. c. 3. — lib. 2. c. 3. — 6. epi. cõ. 2]

parere iam incipiat, protinus exercitatio dimittatur. Atque hi D
sunt communes quidam termini, quos magna sese exercentium pars continere debet. Succedunt postea particulares, pro quibus ita decretum uolo, quod ualidi diutius ceteris (nisi quid aliud obstet) exerceri possunt, quamuis etiam uires aliquantisper fatiscerent; nimirum quae facillime resurgere possunt. debiles parum certe exerceri oportet, alioqui si in his uires uel tantillum patiantur, difficulter, & longo tempore reparantur; & iccirco sat ipsis erit incalescere citra sudoris principium. Senes dum se exercent omni cura sudorem effugere debent; nempe sicci, & aridi exsistentes ita maiorem siccitatem contrahunt; praeterea cum iam dixerimus, exercitationes in iuuentute consuetas in senectute congruere, hoc in loco sciendum est, semper senes minus quam iuuenes solebant, exercendos esse, omninoque lassitudinis sensum effugiendum, ter E
minumq. exercitationis eorum famis excitationem ponendum; sicuti Socratem iam senem se exercitare, donec esuriret, solitum legimus. Viri, sub quibus comprehenduntur omnes intra adolescentiam & senectutem exsistentes, moderatas exercitationes postulant: uel enim offenduntur, si plus iusto exerceantur, uel paucum omnino fructum capiunt, si minus, uel utroque modo prauum aliquem habitum contrahunt: quocirca terminus communis iam expositus his omnibus mirifice aptabitur. Pueri a primo usque ad tertium aetatis septenarium multis laboribus probe sufficere possunt. quocirca & incalescere, & anhelare, & sudare & aliquantisper defatigari ipsis impune conceditur: excrementis enim plurimis ob uiuendi imprudentiam exuberantes a sudoribus, & laboribus multis iuuantur; uiribus autem ualidis pollentes a F
leuibus defatigationibus minime offenduntur: haud tamen modum in labore pueros umquam excedere conuenit, & tanto minus, quanto primo septenario uiciniores exsistunt, siquidem intempestiua exercitationis duritie corporis pueri adauctum, a natura quam maxime comparati inhibetur auctio, ob quod paedotribas nonnullos sui temporis damnauit Galenus; quod plus aequo pueros exercerent. similiter & Aristoteles improbandos iudicauit Laconas, qui nimijs laboribus, & exercitationibus pueros efferatos reddebant, sicut & illas nationes, quae athletarum habitum laboribus in pueris generare studentes eorum corpora deformabant, augumentumq. impediebant. Nã inter eos, qui Olympia uicerunt, duo, uel tres tantum exstiterunt, qui ijdẽ adolescentes, & uiri sint uictoriã consecuti, quod per uiolentas, & pluri-

1. de tu. sa. c.2.7. pol. cap. 4.

mas

A mas pueris adhibitas exercitationes una cum auctione corporis robur, atque uis auferebatur. multum itaque exerceri poterunt pueri, sed non immoderate. Hieme multum exercendum, citra tamen sudorem, ne frigus magis obsit, & quo ad uniuersum corpus incalescat. Vere plus, & usque ad sudorem. Autumno minus, minime omnium aestate; quando, (quidquid dixerit Aristoteles) neque sudare, neque incalescere, neque defatigari omnibus ab ambiente aere satis & defatigatis, & debilitatis expedit. Qui temperatam uitam degunt, etsi paucis superfluitatibus abundent, & iccirco minori exercitatione indigere secundum Galeni sententiam uideantur, nihilominus & ipsi moderate exerceri debent, ne otio torpescentia membra, calorue sopitus proprium, & naturalem habitum remittant, neue excrementa etiam intemperate uiuentibus necessario genita retineantur. Incontinentes autem sicut multa excrementa, multosque humores superuacaneos aggregant, ita multis exercitationibus ac laboribus opus habent, quae humores illos excrementaque absumant, quaeue profundos somnos inducentia felicius concoctionem adiuuent; siquidem Galenus fossores & messores, ideo a prauo uiuendi genere minimum quid offendi sentit; quoniam a laboribus in profundos somnos demissi etiam deterrima probe coqunt, & ad meliorem naturam reducunt; ideo isti, modo uel crudorum in corporis ambitu latentium humorum copia, uel uirium debilitas, quae hos plerumque comitari solet, uel aliud quid non prohibeat, quanto plus & diutius exercebuntur, tanto magis sibi consulent; siue incalescant solum, siue sudent, siue etiam leuiter defatigentur. Humida corpora multam exercitationem requirunt, quo a motus multitudine humiditas nimia exsiccetur; unde ista tamdiu exerceri poterunt, donec sudor citra uirium defectum largus effluxerit, sicca minus exerceri debent, neque umquam calorem, sudoremue in exercendo se exspectare. Frigida quoad tota se calefacta percipiant, exercitari expedit. Calida uero parce exercenda sunt, nec umquam aut sudorem, aut incalescentiam, aut insignem anhelitus mutationem in ipsis exspectare decet. Calida praeterea, & sicca exigua, uel nulla exercitatione gaudent, ne tam caliditas, quam siccitas simul augeantur. Frigidis, & siccis ratione frigiditatis, & usque ad manifestam incalescentiam exercitatione opus est; ob siccitatem a sudore ualde cauere debent. Calida, & humida moderata exercitatione uti conuenit, quoniam pusilla humiditatem superfluam non diminuit; multa nimis eliquat, & calefacit, indeque

In lib. de cibis bon. & ma. suc.

1. de alim. fac.

(Marginal letters B and C appear beside "te uiuentibus" and "da corpora" respectively.)

morbosas fluxiones parere solet. quocirca uehementem anhelitus D alterationem, uehementemq. calefactionem ea effugere necessum est. Frigida porro & humida eatenus exercenda sunt, quatenus anhelent, incalescant, atque etiam paullisper sudent. Summatim huiuscemodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita namq. excrementitiae humiditates, quibus oppleta sunt, inaniuntur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes perficiuntur. Demum ualetudinarios, qui mox a morbis resurgunt, exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quoniam horum uires infirmae ualde exsistentes, calorque debilis, & membra exsiccata, si multa exercitatione agitentur, non possunt non summum detrimentum sentire: proinde isti intra anhelitus mutationem, intra caloris aduentum, intra denique defatigationem quamlibet exercendi sunt: prout tamen isti reficiuntur, ui- E resq. crescunt, & meliusculi esse coeperunt, adijcere debent exercitationes. Postremo qui exercitationibus inassueti sunt, cum prauam illam consuetudinem deponi debere, iam ostenderimus, prius expurgari ab humoribus, & superfluitatibus ex segnitie ortis secundum Galeni consilium debet, alioqui periculum imminet, ne a fluxionum perniciosis morbis protinus tententur: deinceps primo parcissime exercendi sunt per aliquot dies, postea exercitationis modus paullatim augendus, quousque ad terminum illum peruentum sit, quem inassuetis sufficere, & citra ullam molestiam calefacere experientia docuerit: eo semper (quod supra quoque demonstrauimus) animaduerso, omnibus immodicam exercitationem nocere, nempe quae pueris incrementum adimit, & membra colliquat; uiris inaequales intemperies gignit, atque febrem in- F

Galen. 3. d symp. cau.

terdum, sicuti de illo immodice exerceri coacto narrat Galenus in libro de caussis praeinchoantibus; senibus immedicabiles lassitudines, atque siccitates parit; omnibusque tandem aliquid semper boni effluere facit. Quamquam Aristoteles ij. ethic. ad Eudemum libro, ubi uirtutem medium esse probat, excessum in exercendo defecto magis laudat, sicut in cibo contrarium, οἷον (inquit) καὶ περὶ τὸ σῶμα ἐν μὲν τοῖς πόνοις ὑγιεινότερον ἡ ὑπερβολὴ τῆς ἐλλείψεως καὶ ἐγγύτερον τοῦ μέσου. ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἡ ἔλλειψις ὑπερβολῆς & quae sequuntur. Immodicae autem exercitationis haec signa sunto, dum articuli calidiores effecti sentiuntur; dum uniuersum corpus aridum, & inaequale apparet; dum in motu sensus doloris cuiusdam ulcerosi suboritur; dum labor coacte, & non sponte

38. partic. prob. 5.

dimittitur; dum post sudorem pallor succedit, sicut in athletis im-

modice

A modice exercitatis euenire consueuisse auctor est Aristoteles; dum insolita denique, ac ualde molesta lassitudo percipitur. Tota itaq. quantitatis exercitationum ratio his omnibus a nobis praescripta sit. Quod si multa particularia a quoquam reperientur, quae a nobis aut ignorata, aut praetermissa uideantur, illud sciat, nihil quod ad uniuersam artem necessario pertineat, esse, quin uel explicite, uel implicite a nobis comprehensum habeatur, quamquam etiam multae exercitationes sunt, quarum quantitatis terminum non expressimus, quod a termino illo communi praescripto eorum mensuram accipi uolumus.

De modo exercendi. *Cap. XIII.*

B PRAETER locum, tempus, & quantitatem, quae in obeundis exercitationibus summa cura obseruari debere demonstrauimus, adest & modus, qui ut in illis ipsis, sic in plerisq. alijs rebus recte peragendis tantum potest, ut, nisi is adhibeatur, cetera omnia superuacanea reddantur, infinitisq. prope erroribus iã uia latissime pateat. Qua de re maxime ad huius tractationis absolutionẽ pertinet, ut modũ, quo antiqui in exercendis corporibus tenuerunt, quoque temporibus nostris unus quisque sanitatis studiosus uti non sine fructu potest, & debet, apertum breui sermone faciamus. Modus igitur, quo ueteres ad sanitatem usos legimus, fuit is, quem Oribasius Pergamenus Iulia- 6. colle. ad Iul. c. 15
ni Impera. medicus, Aetius Amidenus, & Arabum doctissimus Libro. 1.
Auicen. in medium attulerunt. Viri namque & iuuenes exercen- ser. 3. c. 2.
C di ubi lotio perfecta concoctio apparebat, faecibusq. aluum exonerauerant, maior pars sese exsuebant, mox fricabantur mediocriter, lib. 1. fen. 3. cap. 3.
usque quo floridus color in summa cute residens, & artuum flexibilitas atq. ad omnem motum agilitas persuadebant; perfricati oleo dulci inungebantur; quod ut magis artus quoslibet penetraret, manibus undequaq. prementibus, & explanantibus apponebatur; ab unctione qui luctatione exerceri uolebant, aut pancratio, puluere conspergebantur, alij protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri utilior atque gratior apparebat, descendebãt, peracta exercitatione paullum quiescebant, deinde strigilibus, uel asperiusculis pannis strigmenta a corpore eradebant, quo facto aliquando rursum fricabantur, ἀποθεραπευτικῇ dicta frictione, similiterq. ungebantur alias in sole, alias ad ignem, ut Corne- lib. 1. c. 1.
lius Celsus testatum facit: sicq. fere semper balneum ingredieban-

tur conclaui quam maxime alto, lucido, & spatioso, rarius seipsos D
induentes ad capiendum cibum accedebant. Atque hic totus erat modus, quo uel in gymnasijs publicis, uel in priuatis locis maior pars liberorum hominum, & eorum qui ualetudini curandae & bono habitui comparando sollemniter incumbebant, frequenter utebatur. Nec quisquam miretur, quomodo liberi homines singulis diebus tot corporis curis occuparentur, quando omnes homines, nedum clariores quotidie defricari solitos, multi auctores, & praesertim Columella trigesimo sexto lib. cap. memoria mandarunt. de quo defricandi more & modo, si Deo placuerit, aliquando tractationem huic adijciemus. Ceterum uerisimile fit quãplurimos alios exstitisse, qui uel negotijs publicis, priuatisq. impediti; uel necessarijs uariarum artium operibus detenti; uel aliqua ualetudinis ratione coacti hoc pacto minime exercerentur, sed frictio E
nibus, & unctionibus dimissis quascumq. poterant exercitationes amplecterentur; sicuti & multi reperiebantur, qui praedictarũ caussarum aliqua nullo modo exercitationibus uacandi otium habebant; quibus omnibus exactiore uictu, & sanis medicamentis opus esse tradit Galenus. Verumenim uero cũ aetate nostra gymnasia illa ob exercendi commoditates ab antiquis fabricata in usu desierint esse, neq. gymnastas, & paedotribas, neq. aliptas, & renunctores habeamus, a quibus fricandi, ungendi, tandemq. quomodouis exercendi modos, atq. commoditates quaeramus, sat erit illis, qui aliqua necessaria occasione impediti libere sese exercendi otiũ nequaquam habent, ut potius quomodocumq. possunt, exerceãtur, quã semper in cõsummata quiete degant; modo tamẽ hoc unũ obseruent, ne statim a cibo exercitationes eas, quas gratia sanitatis facere uolunt, solicite nimis adeant, sed saltẽ aliquot horas interponant, quo minus quã fieri potest nocumentũ inde sequatur. Porro F
qui suae spontis sunt, & maiori otio propriorũ corporũ curae libere uacare queũt, haec omnia diligenter obseruare debent, primo ut corpus tũ a faecibus & urinis, tũ a muccis & sputis accurate emundare, caput pectere, manus, & faciẽ abluere studeãt, ne excrementa in uarijs corporũ cauitatibus, atq. in ipso ambitu latẽtia, a motu excitata uaporationib. offendant; strictisq. meatibus nonnũquã infarcta, aut exercitationis calore eliquata obstructiones, fluxionesq. diuersas pariãt. Secundo ut corpus ijs indumentis obtegant, quae laborẽ ipsi superaddere nequeãt, quaeue interim a uentis, si qui erunt, uel a frigore tueantur; aut etiã si aestus urgeat, feruorem nullo pacto augere, siue souere queant; nam indumenta nisi exercitandis pruden-

Lib. 1. de cibis bon. & ma. suc.

ter

A ter accõmodentur, praeter impedimentũ, quod laboraturis in motu praestare solent insigne, faciunt quoque, & ut sine motus debita mensura sudẽt, & alia incõmoda sustineant; si quidem sudor ita indutorum sine motu multò eueniẽs, veluti Aristoteles disputat, deterior est eo, quia labore emanat. & huius argumẽtum est, quod ita sudantes decoloratiores euadunt, cum humor per summa corporis passus, atque incalescens ab externo aere refrigerari non possit, & inde pallorem facile contrahat, simulq. corporis perspiratio a qua gratus calor emanare cõsueuit a uestimentis inhibeatur. Tertio obseruandum erit, ut remisse, ac leniter unusquisq. exerceri incipiat, deinceps eius intẽtionem augeat paullatim, usquequo ad terminũ; qui sibi conueniens uidebitur, perueniat, atque uehementiam rursum pedetentim remittere eatenus conetur, quatenus sibi iam satis B sese exercuisse doctus experientia sentiet: nam subito ab intẽsis exercitationibus incipere, non solum imbecillibus, sed etiã robustis corporibus summe perniciosum iudicauit Galenus. Quarto iis, qui inter exercendum sudant, curandum erit, ut peracta exercitatione uestes sudore madefactas exsuant, & siccas resumãt, idque si fieri poterit in loco tepido, aut temperato, aut saltem neque frigido, neque uentis perflato. si etenim humecta illa indumenta retineantur, facile est carnibus a calore relaxatis iterum sudores imbibi, sicq. denuo corporis meatus obstruitur; praeterquam quod panni madidi mox frigefacti horrores, fetores ac alias molestias inducunt, atque inde febres interdum oriri solent. Quincto obseruandum erit, ne (sicut etiam supra admonuimus) post exercitationem quam primũ quieti sese dedat, aut cibum sumat, sed blando, & valde remisso potius ali C quo motu vtatur, tãtumque a capiendis cibis abstineat, quoad perturbatio illa, quasiq. corporis fluctuatio aestuatioue, ab exercitatione genita prorsus cessauerit, eiq. tranquillitas quaedam, & leuatio successerit. Totus itaque erit exercitandi modus & ordo, primo corpus a superfluitatibus quibus vis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, se accommodate induere, tardos, & remissos motus incipere, ad celeriores, & uehementiores procedere, iterumque paullatim remittere, madefacta sudore indumenta exuere, blande postremo moueri, & sedata exercitationis perturbatione cibum capere. Atque haec de vniuersali exercitationum speculatione, & methodo disputata sufficiãt. Restat modo particulares singularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare. quod in sequentibus libris, quantum fieri poterit, plene praestare conabimur.

2. parti. põ 30. & 38. partic. pro ble. 3.

In con. de pu. epilep.

Explicit Liber Quartus.

AR-

ARTIS·GYMNASTICAE LIBER. QVINCTVS

De ordine agendorum, & de nonnullis scitu dignis. Cap. I.



Icuti nullus ab exercitationum particularium cognitione fructus exspectādus esset, nisi recta atque uniuersalis methodus, quam superiori libro abunde satis (ni fallor) tradidimus, optime possideretur; Ita profecto illa infructuosa, ac prope modū vana euaderet, nisi haec particularium fere omnium exercitationum tractatio, quam aggressuri sumus, illi connecteretur; siquidem incerta, ac E fallax ea cognitio videri potest, qua exercitatio vniuersali quodam pacto accepta iuuare intelligitur. sed si qualis exercitatio, quod nocumentum, quamue commoditatem praestare idonea sit, cognoscatur, proculdubio nihil amplius relinqui cōstat, quod exercitationum quarumuis scientiam optantis animum explere iure debeat. Et iccirco ne inchoata a nobis gymnasticae tractatio imperfecta relinquatur, in sequētibus singulos exercitationum iam enarratarum effectus prosequemur; atque hos cum ex antiquorum auctorum cōprobatis experientia testimonijs, tum ex rei ipsius natura inspecta, quam esse ueram condiciones rerum inueniendi rationem scripsit
12. Metho. Galenus, dicere conabimur. Et ne citra ordinem totus futurus sermo uagetur, ita materiam huiuscemodi declarare instituimus, ut primo commoda in corpora humana ex unaquaque exercitationis F specie emanantia, deinde incommoda sigillatim explicentur: nam illud, quod quāplurimis medicamentis euenire usu comprobatur, ut si alicui corporis parti, & affectui prosint, alijs noceant, in exercitationibus item contingere, nemo ignorat. In explicandis praeterea vtilitatibus, atque damnis a membris superioribus principiū sumentes, ut plurimum in ultima, atque infima seriatim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quae nullum corporis particulare membrum respicere uidebuntur. His autem sic pertractatis, duo me saltem peracturum esse spero: Alterum ꝙ maiori facilitate, firmioreque cognitione quicumque haec legent, animis eorum insidebunt: Alterum ꝙ habito a ualetudinis studiosis exercitationum assiduo delectu, uel nulli errores, uel quam paucissimi committentur, sicque demum multi eorum perniciosorum morborum euitabuntur,

A buntur, quos desidia, laborum abstinentia, ac exercitationis ignoratio non contemnendos, quosq. intempestiuus exercendi usus continuo parere solet: illud nãque a natura comparatum esse nerunt omnes, ut illa, quae corporibus nostris admota insigniter conducere animaduertuntur, eadem plerũq. magnum detrimẽtum inferant, si uel nullo pacto, uel prauo ordine, atq. omnino importune adhibeantur. quod etiam in exercitationibus ipsis fere contingere, iudicauit Galenus, ubi scriptum reliquit, eos, qui ante cibos, atque opportune sese exercent, haud exquisita victus ratione opus habere, quin interdum Naturae in ualetudine commissos defectus corrigere, quemadmodum ex aduerso illos, & accuratiore uictu, & assiduis medicamentis indigere, insuperque natiuam sanitatem corrumpere, qui neque ante cibos aliquo pacto, neq. ordine, ac tempore seruatis exercitationes adeunt. Cum itaque tali ordine, quae ad uniuersam gymnasticam perficiendam supersunt, praedictis adiungere propositum mihi sit, id ante cetera praefari operepretium esse duco, nos in superioribus gymnasticam facultatem non in curatiua, sed in conseruatiua medicinae parte collocasse. Et tamẽ omnes ueterum medicorum sectas, ac praesertim Methodicos, quorum principes Asclepiades, Themison, & Soranus exstiterunt, in cunctis fere diuturnis morbis curandis exercitationes aliquas magnopere commendasse, ut ex libris Cornelij Celsi, qui Asclepiadem in multis secutus fuit, necnon Coelij Aureliani methodici, atque Aretaei clarissime intelligere licet. quod similiter Galenus, & qui Galenũ in dogmaticorum secta sunt imitati, magna ex parte confirmarunt. Sed ne uel me, uel illos omnes errasse quis putet, ita sententias nostras accipi debere uolo, q.s. gymnastica principaliter circa sanitatis conseruationem uersatur, consequenter circa curatiuam: nullam etenim exercitationem, qualiscumq. sit, usquam reperies, quin in sanis corporibus absque noxa administrari queat, at paucis quibusdam exceptis, nimirum ambulatione, gestatione, uectione, ac similibus, uix una aut altera inuenitur, quae aegrotantibus impune cõcedi queat; immo illa, quae adhibentur potius ut remedia, quam ut exercitationes commendantur, cum in sanis omnes exercitationes solum fiant, quo bonam ualetudinem tueantur, optimumq. corporis habitum inducant: in aegrotis uero iccirco eaedem administrentur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum instar cooperentur. Quando igitur antiquorum in uarijs morbis exercitationibus aliquibus utendi cõsuetudinem in medium adducemus, non erit, q. ullus admiratione capiatur, nosq. reprehendat, tãquam

In lib. de cibis bon. & ma. suc.

De chroni.

B

C

gymna-

gymnasticam soli conseruatoriae inseruire statuerimus, quoniam D & nos rei ipsius naturam prae oculis habentes, ita determinandum censuimus, quemadmodum ueteres alias experiētijs assiduis, alias morborum cōdicionibus permoti paullo diuersius sentire quidem uisi sunt, sed re uera a sententia nostra non recesserunt. Aliud insuper hoc in loco summa consideratione dignum existimo, quod, licet in multis exercitationibus diuersus exstiterit antiquorum mos ab eo, qui hodie in usu est fere apud omnes, ueluti pilae exercitatio, lucta, discus, pugnae atque similia; nihilominus cum parum nostra consuetudo ab antiqua recedat, solisq. accidentibus quibusdam, & non in rei natura differat, fere eosdem effectus, quos illi suis attribuunt, nos nostris dare poterimus, modo unū, aut alterum obseruemus; antiquos unctiones ac pulueres in multis exercitationibus adhibere consueuisse, quas nulli hodie, aut quam paucissimi faciunt; atque hoc multi momenti esse ad uariandas utrorūque qua- E litates, quando de his Hippocrates uerba faciens scripsit, exercitationes in puluere, atque oleo magnas differentias suscipere, cum puluis frigidus sit, oleum uero calidum, atque inde oriatur, ꝙ hieme oleum corpus magis auget frigus prohibens, ne quid a corpore demat: Aestate uero caliditatis excessum faciens, carnem liquat, cum & a tempore & oleo, ac labore corpus calefiat; quemadmodum ex aduerso puluis in aestate magis auget, feruorem aeris, & corporis remittens, in hieme autem frigus, & algorem inducit. praeterea maior pars hominum semel dumtaxat in uespere saturabatur, nostrates bis cibos sumunt, quod item non parum refert ad uariandas exercitationum condiciones. Vnde qui de nostri temporis exercitationibus aequum iudicium ferre optauerit, debebit quid un- F ctiones, & quid una diei saturatio importent, exacte pensitare, totumque illud nostris adimentes in reliquis eosdem uel parum diuersos effectus existimare.

2. de diaeta. iuxta finē.

De singularum exercitationis differentiarum effectibus Cap. II.

TRes praecipuas exercitationum differentias ab antiquis Medicis excogitatas fuisse satis constat, quarum prima exercitium παρασκευαστικόν, siue praeparatorium, altera ἀποθεραπευτικόν, tertia simpliciter exercitatio nūcupata fuit. Exercitationē praeparatoriā, facultatem cogendi, meatus corporis densandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere, scri-

A psit Galenus. qua de caussa athletae, qui densitate corporum sudo- 3.d tu. val. cap.11.
res impedire, & consequenter robur conseruare studebant, ante 2 de tu. ua.
ceteras exercitationes praeparatoria vtebantur. quam item vsurpa- cap.3.
bant quāplures homines post coitum, ut laxitatem corporis in mo-
tu uenereo genitam emendarent. de meridiano coitu loquor, cum
ex nocturno oborta laxitas satis a somno curaretur. cuius rei gratia
magnopere Soclarum laudare soleo, qui apud Plutarchum noctu 3 symp. prob.6.
coitum ob hoc exerceri debere aduersus Epicurum medicum gra- libr.1. c.35.
uissime disputat. sicuti quoque Paulli sententiam, Galeni, atq. Ae- 6. epid.
tij opinionibus praeferre consueui, dum is contra ipsorum placita Lib.1. ser.3. cap.8.
tempus concumbendi secundum cibum in uespere antequam so-
mnus inuadat, opportunū exsistere credidit: quod lassitudo ex coi-
tu contracta obdormienti statim remittatur. Exercitationem apo-
B therapeuticam tam pro exercitationis parte, quam pro specie acce-
ptam corpora ab immodicis laboribus exsucta emollire, meatusq.
corporis relaxando excrementa purgare, traditum est a Galeno: un- 3. de tu. ua. cap.2.
de iure merito post uehemētiores exercitationes, post uigilias, post
maerores, a quibus corporum meatus clauduntur, uiresq. non pa-
rum deprimuntur, vt plurimum adhibebatur: in iis quoque com-
mendabatur, qui palaestrae laboribus assueti, ob uitae negotia co-
gebantur illos dimittere. Exercitationis simpliciter acceptae diffe-
rentiae, quae ab extrinsecis desumebantur, eos effectus pariunt,
quos locorum ipsorum, a quibus sumuntur, condiciones produce-
re possunt: & ideo, qui in calidis locis exercētur, magis exuruntur,
qui in humidis, humiditatem contrahunt, sicque de singulis. corpo
ra namque ab exercitatione rarefacta facillime disponuntur ad im-
C bibendas quaslibet aeris, & locorum qualitates. De differentijs ab
utendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, ꝙ exer-
citationes perpetuae, siue continuatae & aequabiles magis delas-
sant, quam inaequabiles. ratio est eadem, quam attulit Aristoteles 5. par proble.1.& 12.
in problematibus, uidelicet membra a multo motu refrangi, atque
multum esse motum, qui unus & continuus est, ac aequabilis. inae-
quabilem uero non ideo sic delassare, quia ex mutatione nascitur
requies, laborq. omnibus partibus distributus a singulis minus sen-
titur: qua itidem ratione motus intercisus, ac ordinatus minorem
defatigationem parit, nimirum cum interruptio quietem, quies
lassitudinis minus inducat. Exercitationes cum oleo peractae non
modo praesentem lassitudinem mitigant, uerumetiam futuram ꝓ-
hibent, siccitatemq. arcent, ac ad motus promptitudinem maiorem
generant: cuius rei gratia Pollio nonagenarius aetatem suam oleo

extrin-

extrinsecus adhibito acceptam referebat. Quae cum puluere fiunt exercitationes praeterquam quod frigidiora conseruant corpora, efficiunt quoque, ne sudor ita faciliter effluat, neue illa tantopere defatigentur. habet namque puluis ex Galeni sententia emplasticam uim, refrigeratoriam, ac repercussoriam. ut nō temere is praeceperit, iuuenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur, puluere uti, qui, si pinguis sit, corpus exercitatum minime extenuat; sin autem asper, instar pumicosi, uel acer, qualis nitrosus, exsistat, exercitationes eo peractae mirum in modum extenuant. Inter differentias ab ipsius motus quantitatibus desumptas primae sunt multae, paucae, & mediocres. Multas corpus siccare, mediocres obesum reddere, scripsit Galenus. ex quo liquet magna cum ratione Coelium Aurelianum inter Methodicos non infimum ad prohibendam polysarchiam multas exercitationes commendasse. de quibus etiam locutum existimo Aristotelem, quando scripsit, exercitationem ideo oculorum acumini obesse, quia uniuersum corpus siccando, indurandoq. pupillae cutem consequenter indurat, atq. ita uiuendi acuties impeditur. Ex differentijs quoque a motus quantitatibus sumptis magnae exercitationes magnopere calefaciunt, excrementa inaniunt, sudores cient: minus his mediocres, minime omnium paruae. Inter differentias a qualitatibus captas secundum Galeni sententiam acuta exercitatio, siue celer, aut uelox corpora extenuat, carnes, & succos detrahit, ob idque a Galeno, & Aetio ad curandam polysarchiam prae caeteris commendatur: lenta, atque tarda pinguefacit, & crassitiem inducit: mediocris inter utraque medios effectus producit. Exercitatio uehemens atque robusta calorem quidem natiuum auget, somnos profundos generat, & concoquendis cibis, crudisq. humoribus confert, at caput ab illa repletur. quocirca mirari soleo, cur Celsus scripserit insanientes omnes uehementer exerceri debere. Valens exercitatio robori augendo conducit. Remissa uero languida, ac imbecillis uti praedictos effectus obscurissime parit: sic sanitati, ac habitui bono minimum iuuamentum affert, potiusq. aegrotantibus, ac ualetudinarijs quam sanis accommodatur. Inter has autem mediae tum minus, uehementibus ac robustis, tum magis remissis & debilibus effectus eos producunt, & iccirco sanitatis conseruationem non parum adiuuant. His igitur ita determinatis, iam facile euadit cuicunque uel mediocri iudicio praedito intelligere, quos effectus singulae exercitationes, quatenus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod tametsi in recensendis singulis non absque animaduersione suis lo

cis

D

E

F

2. de tu. ual. cap. 12.

5. de tu. ua. cap. 3.

Loco citato.

5. chronic. cap. ult.

Sect. 31. Prob. 14.

Gale. 6. de mor. uulg. com. 3.

6. de tu. ua. & lib. 6. c. 3

14. Meth.

Lib. 1. ser. 4. ca. 31.

Gal. de pu. epil.

A cis praeterire statuerimus, nihilominus haud inutiliter nunc quoque explicatum fuisse credo, quando iam saepius demõstratum est, uniuersales huiuscemodi rerum tractationes ad integras illarum notiones acquirendas magni momenti esse. Illud hoc in loco scire oportet, in superioribus libris multa de gymnastica bellica, & athletica nos disseruisse, ut expresius tota medicae gymnasticae natura innotesceret: at in sequentibus de medica dumtaxat sermonem habituri sumus. eo quod illarum effectus cognoscere parum omnino confert, ad id ꝙ optamus, assequendum, solosque sanitatem, aut morbos respicientes addiscere sufficit.

De saltatoriae effectibus. *Cap. III.*

B  Vicumque saltationum species apud ueteres in usu habitas accurate contemplari uoluerit, ea ordine temporis, ratione, proportione, harmoniaque musica non caruisse sciet. & iccirco nostra tripudia βαλλισμοὺς, ac gesticulatorios motus, quos tam mulieres quam uiri hodie ad libidines, & delicias exercent, illis non prorsus dissimiles exstare censebit. Verumtamen illud inter antiquorum & nostras saltationes interesse nemo non uidet, ꝙ, sicuti illae aliquando sanitati inseruiebant, ita nostrae, uel numquam, uel raro hoc fine peraguntur, ut ualetudinis conseruationem adiuuent, quippe quae ut plurimum post cenam, atque nocte inter ipsas commesationes exercentur, quando potius quieti, & somno uacare praestaret. unde si saltatio opportune, quemadmodum maiores nostri faciebant, & quemadmodum C cunctas exercitationes peragi debere, superius demonstrauimus, Lib 4.c.11. administretur, quin commoda multa pariat, infitiari minime poterimus. Cubisticam nãque, quam primam eius speciem fuisse diximus, brachia corroborare, similiter & crura, nimirum quae potissimum agitentur, quiuis intelligere potest. Itaque qui brachia robusta corpusq. undequaque flexibile habere cupiunt, hac exercitatione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput saltatur, illudque ad terram flectitur, primo caput ualde repleri necessarium est, secundo uiscera omnia quassari, intestinaq. suis locis dimoueri, & tandem dorsum ac articulos, qui in flexionibus uehementer cõmouentur, magnopere pati, rationi consentaneum est, ideo fugere ipsam expedit iis, qui ulla ex parte caput debile, uiscera infirma, lumbos, articulosque imbecilles, uel natura, uel casu aliquo sortiti sunt. Tertiae saltatoriae speciei (de secunda in sequenti capite tractabitur)

ftabitur) quam ueram orchesticam appellauimus, quam plurima D apud antiquos fuerunt genera, quae fere omnia hodie abolita, uel saltem non usitata esse cum constet, superuacaneum foret singulorum effectus percensere uelle. proinde sat erit illa adnotasse, in quibus praestandis, & cuncta illa conuenisse, atque etiam nostram conuenire uerisimile uidetur. χειρονομίαν etenim siue manuum gesticulationem attenuare humores, atque sursum carnes trahere, placuit Hippocrati siue Polybo. quam similiter in inueterato capitis dolore, ubi paullatim malum soluitur, commendauit Aretaeus, ueluti & in uertiginosis, epilepticis, coeliacis. Saltatio demum, quae motu uniuersum corpus calefacit, arcendis rigoribus, atque etiam nonnullis tremoribus ualde accommodatur: priuatim ubi stomachus in concoquendo laborat, crudosue humores aggregat utile remedium exsistit. praeterea labantes coxas, infirma crura, male tutos E pedes, usque adeo confirmat, corroboratque, ut pauca inueniatur, quae simile auxilium praestare queant. neque itidem alteri cedit huiuscemodi exercitatio in extrudendis a renibus, siue uesica lapillis. Caeterum quod praegnantibus mirum in modum noceat, testatum reliquit Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quae ne calumnias subiret, uteri fetum abiicere cupiebat, consuluit, ut saltaret, pollicitus ea saltatione conceptum corrumpendum esse, ueluti postea contigit. Quicunque uero caput debile, ac uertiginosis affectibus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuitionibus, uersuris, motibusq. continuis offenduntur: similiter oblaeduntur quibus oculi illacrymantur, aut in uidendo hebetem aciem habent, perinde namque in tripudiationibus alicui euenit, ac in rotationibus, in quibus saepe oculi tantum detrimentum patiuntur, ut nihil F omnino uideant, atque interdum cadant. Renes languidos, & supercalefactos habentes, seminisq. fluxum, γονόρροιαν a Graecis uocatum, qualibet de caussa incurrentes a saltationibus abstinere conuenit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recrudescunt. Atque haec omnia a me dicta intelligantur de ea saltationis specie, quam antiqui sine armis obibant. quod si quis armatae, quam uocarunt, saltationis condiciones pernoscere aueat, in hunc modum uere atq. breuiter statuere rem poterit, uidelicet omnia quae ab illa gignuntur uel bona, uel mala, eadem ab hac effici, nisi quod armata uehementius membra exercet, magisque illa incalescere, & sudare facit. ob quod Galenus inter uehementes exercitationes non in postremo loco posuit, dum quis graui armatura tectus celeriter agitatur.

Marginal notes: 2. de dieta. prope finē. — Lib. 1. cur. chr. ca. 1. — in li. de natura pueri. — 2. de ta. va.

De

A *De ludorum pilae effectibus.* Cap. IV.



LVdorum pilae antiquitus quam plures cũ apud Latinos, ca.4. & 5.
tũ apud Graecos exſtitiſſe ſpecies, abunde in ſecundo li-
bro indicauimus: ex quo nullum operaepretiũ eſt hoc
in loco, ubi ſolas exercitationũ qualitates explicare pro-
poſuimus, eadem repetere: illud dũtaxat animaduerti uolo, quod
& ſi noſtra ludorum pilae genera ueterum generibus undequaque
non correſpondeant: ſunt tamen magna ex parte ualde ſimilia: &
ideo eorũ cõmoditates atq. nocumenta ſingulatim enarrare ſtude-
bimus, ut facta noſtrorũ cũ illis cõparatione, quid conferant, quid-
ue noceant, utraque ſimul cognoſci poſſit. ſed ne tractatio iſta con-
fundatur, ſicut alias fecimus, primo graecos ludos, deinde latinos
B proſequemur eodem ordine, quo ſupra uſi fuimus. In eo etenim cõ
uenire cuncta harum exercitationum genera cenſuit Auicenna, ꝙ Li. 1. fen 3.
fortes exſiſtũt. Hoc praeterea commune ex omnibus huiuſcemodi doc. 2 c. 2.
ludis commodum percipitur, ut, qui in ipſis, uel ipſorum aliquo ſeſe
exercent, promptiores ad motum reddantur, iiſq. uitales actiones
roborentur: peculiariter uero paruae pilae exercitatio inter uelo-
ces citra uiolentiam & robur collocant Galenus atq. Paullus, cuius 2. d tu. ua. lib. 1. c. 18.
merito corpora craſſa, ut ſimiles exercitationes facere dictum fuit,
attenuat. ideoq. apud Noniũ a Lucilio ſcriptum inuenitur, Cũ ſtu- „
dio in gymnaſio duplici corpus ſiccaſſem pila. Prima autem paruae „
graecorum pilae ſpecies, ſecundum Antylli ſententiam, carnẽ ſoli- Orib. lib.
dam reddit, brachijs, dorſo atq. pullulantibus coſtis magnã utilitatẽ 6. col lec.
praeſtat, cumq. in ea exercitatione crura magnopere laborẽt ad ac cap. 32.
C quirendum robur non parum proficiunt. Secunda exercitationis
paruae pilae ſpecies praeſtantiſsima reputabatur olim, ꝙ corpus ſa-
num, & promptum ad motus cum robore cõiuncto praeſtat, adſpe-
ctum firmat, neque caput replet. Tertia uero ſpecies oculos, atque
brachia iuuat, ſpinae propter inflexiones, quae currendo fiunt, cõ-
modum affert, crura propter curſum mirum in modum firmat. His
porro omnibus paruae pilae ſpeciebus cuncta illa cõuenire cenſeo,
quae Galenus in libello ſuo illis dicato, paucis uerbis cõplexus eſt,
uidelicet ꝙ tum animorum uirtutem pariant, tum omnes corporis
partes accommodate exercendo bonam corporis ualetudinem, ac
membrorum concinnitatem efficiant. Pilae magnae ſpecies prima
ſecundum Antyllum totum corpus firmat, cumq. ad deducendam
infra materiam uehementer cooperetur, capiti in primis, cunctisq.
ſuperioribus partibus, non ignobile iuuamentum affert. de hoc lu-

Lib. 9. cap. ulti. do ſermonem habuiſſe puto Alexandrum Trallianum, quando in D
curatione priapiſmi ſphaerae exercitium cõmendauit, quo materia
in diuerſum retrahatur, & ſpiritus flatulẽtus digeratur. Secunda ſpe
cies, quae plus iuſto magna pila peragitur dum proiicitur, & utraq.
manu propter magnitudinẽ emittitur, brachia firmat, ſed nimis du
ras plagas infert, ob idq. non modo aegrotis, aut conualeſcentibus
eſt inutilis, uerum etiã bene ualentes immodica defatigatione affi-
cit. Inanis pila, quam tertiam effecimus, aeq. exercet, ac motoria, in
qua curritur, attamen non admodum facilis eſt, neq. apta, atq. ideo
lib. 9. c. ult. omittendam eã eſſe conſulit Oribaſius ex Antylli ſententia. Pilae,
& magnae & paruae exercitationem vertiginoſis obeſſe iudicauit
lib. 9. c. ult. Aretaeus, quoniã capitis, & oculorum circumuolutiones, atq. intẽ-
tiones uertigines afferunt. Coryci exercitationem inter ueloces ad-
numerauit Paullus, quas cum dictum a nobis ſit corpora craſſiora at
lib. 5. c. ult. tenuare, ſumma ratione Coelius Aurelianus ad diminuẽdã polyſar E
1. ď diaeta. chiam hãc exercitationẽ, quã a Graecis corycomachiam uocari ſcri
bit, adeo probauit, ſecutus in hoc (opinor) Hippocratem, qui cory
comachiam, & chironomiam idem praeſtare quod lucta tradidit.
Hoc exercitationis genus iudicauit Antyllus muſculoſum corpus
reddere, roburq. afferre, & praeterea uniuerſo corpori aptari, nec
non ob plagas, quas infligit, omnibus uiſceribus idoneum exſiſtere.
Aretaeus item in elaphanticis κορυκοβολίας laudauit. ſi tamen quis
plagas in pectore a coryco fieri ſolitas cõſideret, facile ſentiet, eos,
qui pectore debili uexãtur, ſimili exercitatione periclitari, & quã-
doq. contingere poſſe ut in thorace uaſa rumpãtur. Atque tot, quae
de pilae Graecorum ludorum qualitatibus dici poſſunt. Succedunt
luſus Latinorum genera, quae & ab ipſis quattuor ſpeciebus com-
plexa omnia in uſum ſanitatis recepta ſuperius demõſtrauimus. Ho F
rum primum locum obtinet exercitatio folle acta, quae uniuerſum
corpus exercet, ſed dum brachijs impellitur, dorſum in primis atq.
1 i. 1. chro. cap. 4. brachia firmat. ob quod Coelium Aurelianum de hoc pilae ludo
uerba feciſſe exiſtimo, quãdo in epilepticis humeros ſphaerae luſu
exerceri mandauit: dum uero pugnis emittitur, manibus maior uti-
litas contingit: ambo tamen uiſcera adiuuant, calculisq. a renibus,
& ueſica extrudendis mirifice conferunt, coxas, & crura imbecillia
In eius uita. c. 80. & 83. epiſt. 1. lib. 3. confirmant. Nam Auguſtum, qui huiuſcemodi affectibus corporis
ſolicitabatur, eorum gratia folliculi exercitiũ (ut refert Suetonius)
adamaſſe opinor: quod cũ praecipue ſuperiores partes exerceat, iis,
lib. 1. c. 6. qui citatam aluum habẽt, & quos tremor corporis exercet, non ſi-
ne ratione Cornelius Celſus prodeſſe ſcripſit. Hanc etiam exercita-

tionem

A tionem intellexisse arbitror Plinium, cum Spurinae prudẽtissimi, & sanitatis studiosissimi uiri rationem uitae obseruatam explicans, sese pila mouere, atque tali exercitationis genere cum senectute pugnare solitum scribit. ut uere dixerit Martialis: Epist. 1. lib. 3.

Folle decet pueros ludere, folle senes. Libro 14.

Pila trigonalis, quam paruam fuisse, & tertiae ab Antyllo speciei descriptae correspondere probauimus, eosdem plane, quos illa, effectus producit: peculiariter autem oculos exagitat, exercetq. dum eos intẽdere semper & modo huc, modo illuc, modo sursum, modo deorsum conuertere necessarium est. quocirca iure merito Horatius huiuscemodi exercitationem lippientibus obesse cecinit.

Lusum it Maecenas, dormitum ego Virgiliusq.
Namq. pila lippis damnosum & ludere crudis.

B sane lacrymosi atque lippitudine infecti oculi a quolibet, uel minimo motu magis exacerbãtur: quies uero eos recreat, iuuatq. sicuti & crudos. diximus enim nullam exercitationẽ obeundam esse, nisi peracta cibi concoctione. Ex quo fit, ut neq. pilae lusus ullo pacto conueniat, quibus crudi, atq. indigesti cibi stomachum adhuc male habent: ueluti forte Virgilius alioqui stomacho debili natus, tunc erat, quando de ipso sic Horatius scripsit: quod si qui sunt, quorum uentres atq. stomachi flatibus repleantur, & prae frigore doloribus uexentur, tantum abest, ut exercitium pilae ipsis ullum nocumẽtum inferrat, ut potius calefaciendo, flatusq. insigniter discutiendo non exiguam utilitatem praebeat. qua de re laudandus est Coelius Aurelianus, qui inter ceteras pro colicis curandis exercitationes pilae ludum praecipue commendauit: quomodo item stomacho imbe- Li. 4. chro. cap. 7.

C cillibus simili ratione commodum esse tradidit Cornelius Celsus. lib. 1. c. 2.

Paganica pila ob latitudinem atq. duritiem difficultate aliqua non carebat, & iccirco potius rusticis, & duris corporibus, quam urbanis conueniret. hodie neque permittendum foret ualetudinarios, senes, atq. pueros huiusce generis motu exerceri. Harpastum, quod cum Graecorum harpasto conuenire demonstratum est, inter celeres & uehementes exercitationes adnumerari debet: quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere potest: praecipue autem brachia, & humeros confirmat; quinimmo dum inuicẽ congredientes, seq. ne constitutus in medio excipiat pilam, mutuo uetantes laborant, maximum id uehementissimumq. est, multis, utpote colli obuersionibus, multisq. palaestricis complexibus commixtum, adeo ut caput, & ceruix colli obuersionibus, latera uero thoraxq. & uẽter faciei elationibus, depressionibus, ex- Gal. lib. de par. c. 2.

pulsionibus, obnixibus, alijsq. palaestricis prehensionibus fatigentur, quibus etiam exercitationibus lumbi, & crura non parum tenduntur. Et iccirco, quemadmodum sanos ac robustos harpastum magis confirmat, ita eos magnopere laedere credendum est, qui uel caput debile, & collum infirmum habent, uel quibus in thorace uitium aliquod reperitur, aut qui renes, lumbosq. supercalefactos gerunt. Atque haec sunt, quae de pilae ludorum effectibus pro sanitatis studiosis ab auctoribus determinata inueniuntur.

De luctae commoditatibus, & incommoditatibus. *Cap. V.*



LVcta, quae fere semper ab antiquis in magno usu, atque existimatione habita fuit, tametsi a medicis, uti diximus, non admodum ad sanitatem probata sit, hodieq. a nobilibus negligatur, & quasi a solis rusticis eo modo, quo apud Priscos ab athletis, exerceatur, nonnulli tamen eam etiam pro sanitate tuenda, atque parando robore in usu habent, quos fortasse quamplures alij imitabuntur, si, quemadmodum hactenus effecimus, eius commoda, atque etiam incommoda ab auctoribus longa experientia, ac naturali ratione obseruata ipsis in medium proponemus. Quod etenim lucta uehemens, atque magna exercitatio sit, Galenus & Auicenna prae caeteris satis testatum reliquerunt. unde certum esse cuiuis potest, ab hac ipsa eadem proficisci, quae a similibus exercitationibus prouenire iam declarauimus: illud addendum erit, posse luctam sicuti antiquioribus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias supra pauimentum, quod genus a Plutarcho pancratium uolutatorium nuncupari praediximus: alias erecto corpore, ac utrobique, modo uehementer, modo remisse. Neque id hoc in loco praeteriri debet, penes Latinos scriptores plerumque, aut saltem interdum sub nomine palaestrae luctam intelligi, perinde ac graeci nomine πάλης continuo fere illam ipsam accipiunt. lucta quae uehementer, atque erecto corpore peragitur, secundum Hippocratem externis corporis partibus magis laborem exhibet, carnem calefacit, corroborat, ac auget. Ex Antylli uero sententia firmum, & ualidum spiritum reddit, itemque corpus solidũ, ac musculosum, neruos etiam confirmat, tãdemq. naturales omnes actiones corroborat, praeterea carnem densam illam quidem, & exsiccatam, sed tamen ex omni parte paucam adijcit, pinguedinem, tumores ac omnia oedemata aufert: si lucta fiat interposita aliquantisper

Marginal notes: Lib. 2. c. 8. (beside "declarauimus"); 2. de diaeta. (beside "Hippocratem"); loco citato (beside "firmum").

quiete,

A quiete, magis ut sentit Aristoteles, sudorem mouet, quando humor 2.prob.7.
a requie collectus, mox exercitatione educitur: sin continua aga-
tur, modo solis corpora exsiccare potest. Priuatim autem capiti pro
dest, in cuius dolore luctationem iugem adhibito magistro pera-
ctam laudat Coelius Aurelianus, sensus exacuit. ob idque fortasse Li.1.chro.
Theodorus Priscianus illam pro melancholicis curandis imperat, cap.1. lib.2.c.2.
stomachum praesertim frigidis oppressum morbis adiuuat. in quo lib.3.c 2.
palaestram corpus agitantem conferre, idem Coelius memoriae
prodidit: non secus quoque frigidos uentres, ac genitalia membra,
siquando humoribus, aut flatibus sollicitantur, magno iuuamento
afficit, cum maximis illis conatibus, motibusque uniuersum prope lib.6.c.28.
corpus calefaciat. qua ratione Oribasius palaestram siue luctam hi- Lib. 2. ad
dropisim curare, Theodorus Priscianus satyriasim exstinguere scri Timo.c.21
B ptis tradiderunt. Ceterum huiuscemodi exercitatio ob ipsius ue-
hementiam febricitantibus omnibus inimica exsistit: ut non imme
rito ab Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehensus, quod luctatio- 6. Epid.
nibus febrientes interficeret. Humidos natura haudquaquam lucta cō.3. aph. 32
exerceri consulit Hippocrates: hac obscura satis ratione motus, ne 1.de dieta.
meatus magis caui effecti repleantur: faucibus, & collo magnopere
nocet: quae scilicet partes dum in compressionibus plus aequo com
pinguntur, diuelluntur q. dāna recipiunt. ueluti euenisse Commo-
do Marci Imperatoris filio scripsit Galenus, quem adhuc puerum
ex lucta inflammationem oris passum fuisse recitat. Iacobum inter
luctandum neruum latum oblaesisse, ob idq. & ipsum in posterū, &
Iudaeorum gentes a neruorum esu abstinuisse, auctor est Iosephus
in fine primi libri Antiquitatum Iudaeorum. Ad haec thoraci ual- 1 lib. de pc. ad Post.
C de aliena est, cui uel uasis alicuius rupturae, uel spiritus interce- 4. d rat. vi.
ptionis ex constrictionibus magnum impēdet periculum. unde nō in auct.
temere Galenus, ne suffocētur, periclitari luctatores dixit, qui simi In 6.epid. com 3.
liter renibus, & lumbis male affectis talē exercitationem fugiēdam aph.6.
esse noluit, quāquā Rufus Ephesius, qui cum Critone sub Traia- in libr. de passionib.
no Romae in medicina floruit, conualescentibus a renum morbo renum.
palaestrā minime interdixit. In ulceribus internis uitandum uoluit li 4 3 c.ult.
Celsus, ne uel luctando, uel currendo, uel alia ratione sanescentia 2.de motu musc.
ulcera exasperentur. Praeterea cum inter luctādum crura saepenu-
mero insigniter flectantur, debilitate crurum affectis aduersari cre-
dendum est. Sed haec omnia intelligi debent de erecta palaestra ue-
hementer facta. Quae uero remissius, & placide peragitur, uiceuer
sa secundum Antyllū carnem multam generat. ex quo fit, ut iis qui
a morbis sese reficere incipiunt sit superiore accōmodatior, ac mini

mo periculo robur,& fortitudinē pariat: capiti,& thoraci prodest, D
neruos corroborat. de hac locutum esse Plutarchum existimo, ubi
in ei⁹ uita. scripsit Lycurgum corpora uirginum cursibus,luctationibus,iacti-
busq.discorum, & iaculorū exercuisse, ut,quemadmodū germinū
radix ualidū in acribus terris principium sumens melius germinat,
ita & hae partus robuste tolerantes honeste simul,ac facile aduersus
dolores pugnarent. Quae porro supra pauimentum efficitur lucta-
loco citato tio,si credimus Oribasio, praecordia atq.intestina uitiata adiuuat,
lumbos imbecillos, & genua infirma fortiora reddit, sed capiti est
ineptior: uolutatio in palaestra, cum a Galeno inter celeres exerci-
tationes recēseatur, ad extenuanda corpora accōmodata erit, sicuti
pro minuenda polysarchia a Coelio commendata est,& ab Aetio si
in puluere fiat, ad hidropisim curandam: eam namq. humores ex-
5.d̄ tu.ua. cap.3. hauriendo refrigerare auctor est in II. de diaeta Hippocrates: at se- E
cundum Galeni sententiam iis magno studio fugienda erit, quos
ex leui caussā uertigines,comitiales morbi,grauis ophtalmia,uel au
rium dolores male habent. simili modo, & illis, quibus tonsillae,&
angina incidunt,quibusq.prompte in columellam,gingiuas,dētes,
deniq.partem aliquam ex his, quae circa collum,aut totū caput ha-
bentur,fluxiones procumbunt.Hactenus de lucta.circa quam oriri
posset multis dubitatio, cur Galenus, qui gymnasticam artē omni-
bus alijs melius calluit,non modo luctam fere nullibi ad quidquam
cōmendauit,sed potius tāquam parum utilem,aut omnino noxiam
damnauit:cum alias dixerit luctatoribus uasa pectoris rūpi;alias cru
ra distorqueri, alias suffocari, alias luctam a bene instituta republi-
ca odio haberi. At huiuscemodi dubitationes ita dissoluere licet,
ad Thras. cap.41. quod ex sententia ipsius Galeni uere palaestra,siue lucta,per quam F
exigua gymnasticae medicinae pars exstat, omnibusq. exercitatio-
nibus homini minus utilis: siquidem secundum ipsum iaculari, cur
rere,equitare,saltare,uenari,nauigare,fodere,q̄ lucta exerceri me-
lius est:& sicuti athleticae,gymnasticae luctatio magis accedit,atq.
inseruit,ita quoq; a medica lōgius recedit:unde non est mirū,si Ga
lenus eius exercitationis facultates explicare noluit,quā in medici-
na minimā cōmoditatem obtinere credidit. Nos autem ea,quae ab
alijs auctoribus tradita inuenimus,explicanda esse duximus,non ut
Galeni auctoritatē ceteris, uel ipso superiorib. quos male de exer-
citationibus sensisse scripsit,uel posterioribus postponam;sed ut de
monstrarem,si qua a lucta exspectari cōmoda debent,haec ab aucto
Lib. de sal. diaeta. ribus indicata,& nulla alia fore. De ista nāque apud Hippocratem
scriptum inuenio, ꝙ qui exercitationibus utuntur, hieme currere,

A ac luctari debent, aestate uero luctari quidē parum, currere autem minime, sed multū deambulare, secundum uentum, ac frigus. Quicumq. ex cursibus fatigati fuerint, eos luctari oportet, qui uero ex lucta fatigantur, eos currere expedit. sic enim laborans fatigata corporis parte, uel maxime calfieri, componiq. ac recreari queat.

De pugilatus pancratij & caestuum facultatibus. Cap. VI.



Q Vamuis inter ceteras exercitationes ad sanitatē spectantes pugilatus minimam sibi partem uindicare uideatur, potiusq. athletarum, quam ingenuorum hominū professionis specimen praeseferat: nihilominus si partes corporis, quae simili motu agitantur, accurate contemplemur, neque illum sine aliquo fructu perfici statim iudicabimus: nam tum bra-B chia, tum manus nonnullis usque adeo huius exercitationis ope firmantur, atque consolidescunt, ut etiam lapides, atq. ligna pugnis ferire, & magna spectantium admiratione confringere non dubitēt: quos certe illis partibus optime ualere firmaq. ualetudine frui nemo negaret. ideo quicūq. brachijs, manibus, atque digitis firmari, illisq. robuste uti exoptant, quā aptiorem exercitationem ista requirere debeant, non uideo: eo magis quod licet antiquitus ab erectis semper pugilatus exerceretur, potest tamen interdum necessitate urgente non minus iacentibus, & sedentibus, quā ab erectis, & stantibus, seque mouētibus peragi: sed differt non parum ab erectis ne, an secus peragatur: quoniā in erectis, & sese mouētibus primo quidem superiores partes exercitationis beneficium sentiunt, at inferiores quoq partes eo penitus non frustrantur, quod non contingit in C iacentibus, uel sedentibus, quorum inferiora penitus otiatur. Nocet pugilatus capiti, neque satis mirari possum, cur Aretaeus in uertiginosis eum probarit: nocet auribus, & pectori, nimirum, quae, dum admodum debilia sunt, a plagis illis, & pugnorum percussionibus magnopere offenduntur: a quibus similiter omnes illi cauere debent, quibus dentes infirmi, & labantes sunt. De manuum exercitatione memoriae traditum est ab Aristotele, quod exercentibus manus sudor magis emanat, si ceterae corporis partes similem habitum seruent: quoniam in ea exercitatione spiritus continetur, & partes sub alis cordi propinquae fricantur: ex quafrictione cum calor increscat, tum eius, tum frictionis poros recludentis ope humor faciliter a corpore extra euocatur. De his etenim exercitationibus omnibus locutum Philagrium medicum apud Aetium puto: quādo nocturnum seminis profluuium exercitationibus

2 prob. 5.

nibus per ſupernas partes factis curandum mãdauit. Quae frequẽ- D
tiſsime omnium ab athletis exercebantur, erant lucta pugilatus,
& Pancratium, luctae, atq. pugilatus minimus quidem fuit in gy-
mnaſtica medica uſus: ſed Pancratio multos, qui bus aliquae corpo-
2. d tu. val. ris partes male afficerentur, ſe curaſſe gloriatur Galenus. ex quo ſi-
cap. vlt. cuti Pancratio ſe exercentes toto corpore, ut Pauſanias auctor eſt,
certabant, ſimiliter credere debemus, illud moderate peractũ uni-
uerſo corpori ad robur acquirendum prodeſſe: uehementer ſi fiat,
6. epid. cõ. ſolum athletarum munus exiſtere. Ad haec cum a Galeno inter ma
1 aph. 6. gnas exercitationes recenſeatur, caliditatem augere, & conſequen
Li. 2. ad Ti ter frigidis habitibus apprime congruere, rationi cõſentaneum eſt:
motheũ. id quod intellexiſſe Theodorum Priſcianum, quem alij Octauiũ,
Horatianum Vindiciani Archiatrorum Valentiniani comitis di-
ſcipulum faciunt, arbitror, quãdo ſcripſit hidropicos labore nimio E
& continuis exercitationum quaſſationibus forſitan curari poſſe:
ab Hippocrate edoctus, qui haec in v. Epid. ſcripta reliquit: ὑδρω-
prope finẽ πιώδεα δέον ταλαιπωρέειν, ιδρουν. quod itẽ innuere uoluiſſe Coe-
lium Aurelianũ poſsibile eſt, ubi ſtomacho ſollicitatos uarijs pa-
laeſtrarum exercitijs adhibito praeceptore exercendos cõſuluit, ut
inflationes, ac frigiditates illius remouerẽtur. quae omnia etiam de
uolutatorio pancratio fere intelligi poſſunt. Pancratij ſpecies, quã
diximus 2. lib. ſub σωματομαχεῖν notaſſe Galenum, quod ad craſ-
ſiores homines efficiendos mirifice cõferret, indicauit ibi Galenus
ex gymnaſtarum iudicio. quo in loco perperam Latinus interpres
athletas tranſtulit. Caeſtuum exercitationes, de quibus apud medi-
cos nullam prope mentionem factam inuenio, quin aliquod bra-
chijs praeſidium afferre ualeant, negare minime poſſum: cum ta- F
men exercitatio caeſtibus facta pugilatus ſpecies quaedam foret,
atque a Virgilio nomine quodam infami ſub hoc uerſu notetur.
Li. 5. Aen. *Sin crudo fidis pugnam committere caeſtu.*
In hanc ſententiam uenio, caeſtus apud medicos, ſiue in tuenda ſa-
nitate, ſiue in curandis morbis, ſiue in acquirẽdo bono habitu nul-
lum locũ habere, atq. ideo ſimilem exercitationẽ penitus omitti de
bere. Ceterũ illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatũ, & caeſtus
exercitiũ abſq. antigoniſta quandoque uſurpatum, tuncq. ſchiama-
Lib. 3. c. 4. chiae, de qua infra loquemur, & ſupra quoq. locuti ſumus, ſpeciem
quãdam exſtitiſſe, dum ſcilicet pugnis, & caeſtibus aerem duntaxat
percutiebant. quae profecto exercitatio ueluti manus, atque bra-
chia citra moleſtiam exercere ualet, pariter alteri cum aduerſario
factae praeferenda ſemper erit: nempe cum plagis illis, atque
per-

A percussionibus careat, quae plerumque in huiuscemodi pugnis utrumque certatorem magna molestia afficere solent. quocirca si aliqui hoc genere exercitationis delectati, assuetiue (nam & Galenus ipse in exercendis hominibus magnopere aduertebat, qua quis exercitatione delectaretur, cuiue assuetus foret) brachia, humeros, & manus corroborare, agilioresue reddere percupient, poterunt citra ullius noxae periculum sese dumtaxat aduersus aerem in illo exercere, atque eo pacto sine plagis, & grauibus percusionibus, delectationem ac utilitatem optatam simul assequi: modo in reliquis ea omnia seruentur, quae in cunctis exercitationibus obeundis studiose obseruanda esse in libro quarto docuimus.

2. de tu. ua. cap. ult.

Ca. 10. 11. & 12.

De cursus natura. *Cap. VII.*

B SICVTI pugilatum priuatam manuum exercitationem paucos usus apud medicos habuisse ostendimus, ita cursum, quo pedes fere soli exercentur, maximae utilitatis exstitisse, & proinde a medicis, atque gymnastis saepius commendatum fuisse demonstrabitur. Cum etenim a Galeno inter illas exercitationes reponatur, quae ueloces sunt citra robur, atque uiolentiam, negare haud possumus, quin corpora attenuet, carnes atque succos minuat. id quod clarissimis uerbis antiquissimus auctor Hippocrates, nec non Galenus ex gymnastarum, & medicorum sententia asseruerunt. Est tamen in cursu agendo multiplex discrimen, quod alius uelocius, atque uehementius; alius remissius & placidius peragi potest: & hac ratione illius effectus uariari necesse est, quemadmodum etiam currendi modi, dum uariantur, alij in rectum, alij in obliquum, alij ante, alij retro, alij circulariter, alij nudis corporibus, alij tectis, alij per plana, alij per inaequales, uel montuosas uias aguntur. Cursum quemcumque febrientibus detrimentum afferre, prudenter traditum est ab Hippocrate, & a Galeno, quem a nemine aegrotos cursibus curari scribentem de solo uehementiore sermonē habuisse sentio, quando etiam in libro de paruae pilae ludo, illum ueluti nō salubrem, & plus aequo uniuersum corporis habitum extenuantem, nihilque uirilis exercitationis habentem iure improbauit. De hoc item currendi genere locutus fuit Antyllus, ubi cursum uehementem exercitationem nuncupauit. alioqui Galeno repugnantem sententiam tulisset. Est igitur cursus uehemens fere ad sanitatem defendendam noxius potius, quam utilis, sicq. ullum iuuamentum affert, proculdubio car-

2. de tu. ua. cap. 10.

6. epid. cō. 3. aph. 2.

C

6. epi. cō. 3 Aphor. 31. ibidem Aph. 2.

ni,

ni, atque immodicae pinguedini tollendae confert, ueluti com- D
1 de dieta. probauit Coelius Aurelianus. confert quoque ex Hippocratis sen-
lib. 4. c. 4. tentia ualde humidis corporibus, quo & ipsa humore exinanian-
tur, & humor amplius, atque citius sistatur. ob quod & in splenis
aegritudinibus quibusdam strenue adeo iuuare reperitur, ut Ae-
tius Amidenus se aliquos nouisse referat qui solis cursibus, & deam
bulationibus ab omni affectione sint liberati. Peculiariter uero ijs
5. partic. ualde nocet, qui capite aliquo pacto male afficiuntur, ex quo Ari-
prob. 9. stoteles quaerēs, cur, qui detrahere ad ima genus omne excremēto-
rū putatur, cursus si uelox fiat, tam in hominum genere, quā in ce
terorum animalium facit, ut capita a morbo tententur, dicit id eo
euenire, quoniam motus uelox, cum uires intendit, & spiritum re
tinet, caput concalfacit, eiusq. uenas mirum in modum inflat, at-
trahentesq. reddit facultatis externae, ut frigoris, & caloris, praete E
rea quae in pectore sunt, sursum attrahi cogit. ex quibus omnibus
locum superiorem aegrotare necesse est; & iccirco sapienter Theo
li. 2. ad Ti dorus Priscianus scriptum reliquit cursum uehementem epilepti-
mot. ca. 2. cis esse penitus inhibendum. Cursus moderatus, atq. placidus ad
corpora perbelle calefacienda, ad naturales actiones corroboran-
das, ad appetitum excitandum plurimum ualet; priuatim autem
defluxiones, atque catharros curare, & aliorsum uertere ido-
neus est. & iccirco ab Areteo talis pro uertiginosis commendatur,
sicut & pro elephanticis ab ipsomet, atque a Celso, qui, ubi sicca
tussis aliquem exercet spiritu retento, sed non in puluere, cursum
commendat, uti etiam in faucium interiorum exulceratione, nec
non eo morbo quem Graeci κυνικὸν σπασμὸν nominãt. licet enim
primum defluxiones excitare uideatur, eas tamen tractu temporis F
postea cohibet, & ob id ischiadicis prodesse perhibetur, in quibus
cursus initio uix crura moueri possunt: sed ubi in medio sunt, ita
properant currentes, ut morbi prope modum obliti uideantur. Sto
machum strenue firmat, uentres a flatibus & frigidis passionibus li-
berat: ut non sine ratione ipsum in curandis colicis adhibendũ con
lib. 3. ser. 2. cap. 28. sulat Coelius Aurelianus, sicut, & Aetius in hydropicis: splenis tu
lib. 2. ad Ti mor. c. 25. mores deprimit. & ob id merito Theodorus Priscianus spleniticos
6. coll. c. 22 cursum appetere debere praedicauit. In renum morbis, & feminis
profluuio se cursum adhibuisse, tamquam adseruatum quoddam
praesidium memoriae prodidit Antyllus, quemadmodum & ijs
quorum uiscera torquentur, & qui fungos esitarunt, uel a scorpio-
nibus icti sunt, eundem profuisse obseruauit. quae tamen senten-
tia in cunctis renum affectionibus minime probanda est: quoniam

si

A si patiantur ulcus, siue nuper sint passi, a cursu non parum detrimenti capere credidit Rufus Ephesius. Quod praeter haec talis exercitatio pedes atque crura, quorum propria actio exsistit, non parum adiuuet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tot cōmoda secum uehat cursitatio, non sine quoq. aliquibus incōmodis (quae est communis remediorum omnium natura) haberi potest. Eam namque in primis laboriosam esse, magnus philosophus Aristoteles probauit, ubi currentem ambulanti comparans, illum magis laborare persuadere conatur, quoniam elatus, atque pendens corpus supra se totum sustinet, ambulans uero parte insistente uicissim sustentatur, quasiue parieti admotus requiescit. qua ratione item contingere dixit, ut currentes potius quam ambulantes cadamus. Cursus praeterea eodem auctore carnem refrigerat, nec alimenti reddit capaciorem; nimirum cuius pars in imum conuertitur, pars a naturali calore penitus extenuata transit in spiritum: neque uero huiuscemodi exercitatio suapte natura ullum effatu dignum nocumentum generat. si tamen uel caput, uel thoracem nō admodum firmum, uel urinam ardore solicitantem inueniat, profecto morbos uarios generat. id quod de capite Auctor quarti de acutorum uictu libri significare uoluit, dum nonnullos ob cursum capite dolere scripsit. Quod item clarius confirmat Cassius Iatrosophista, qui magna celebritate, & incredibili lucro, ut Plinius testatur Romae medicinam aetate Cornelij Celsi, a quo ingeniosissimus uocatur, exercuit. Hic enim in problematibus suis medicis caussam sciscitans, qua illis, qui leniter mouentur, si prius capitis grauitate laborent, post motum sese leuatos sentiunt; qui uero C currunt, & si nullam antea grauitatem perciperent, post cursum capite grauantur: ideo euenire dicit, quoniā in sese placide mouentibus materiae ad inferiora descendentes ibi firmantur; in currentibus autem, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad superiora resiliunt, ueluti contingere in pila super pauimentum iacta cernitur, quae si blande iaciatur, inibi quiescit; sin uiolenter, statim supra resilit. De thorace autem legitur apud Galenum, currentium spiritum anhelum, atque asthmaticum reddi, necnon interdum aliquod ipsis uas in pulmone aut pectore rumpi. quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum prius dispositi erant, uerum de alijs uehementer currentibus. Acanthio enim ille Plautinus cum ad Charinum uelocissime cucurrisset, dicit ex cursu rupisse ramicem, & iamdudum sanguinem sputare. sub ramicis nomine pectoris uenas latiores instar uaricis significans. Alioqui scriptum

(Margin notes: lib. de affe. ren. — 5. partic. prob. 38. — 5. partic. prob. 91. — 4. de nat. acut. aph. 115 — Pli. lib. 29. cap. 1. — In Probl. medicis. — 6. Epid. com. 1. — 7. Metho. — In Merc.)

ptum est ab Aristotele, eos, qui non concitate admodum currunt, D
numerose spirare, quod ipsorum motus proportionatus efficitur,
5. partic. prob. 16. modumq. respirandi sensibilem praestans explicare numerum ua-
let. illis, qui uel in bubonibus, uel alibi rupturas patientur, cursum
lib. 3. c. 53. cauendum praecipit Paullus. Ad haec ardorem urinae ex cursu au-
geri, & homines testari possunt, & cerui, qui inter currendum us-
que adeo huiuscemodi ardore stimulantur, ut, nisi mingant, facile
capiantur. quam rem animaduertentes sagaces uenatores, eos pro-
sequuntur, nec mingendi ipsis potestatem faciunt. Cursum item
hepate laborantibus, necnon renibus male affectis inimicum esse,
lib. 4. c. 8. traditum est a Cornelio Celso, & ab Ephesio Rufo. Atque haec om
nia de cursu recta in anteriora facto a me explicata sciantur. pro
quo id silentio non esse praetereundum duco, quod Aristoteles scri
ibidem prob. 36. ptum nobis reliquit; uidelicet, eos, qui cursum concitate agunt, E
conuulsionibus maxime corripi, ubi quis inter currendum eis ob-
stiterit: quandoquidem ea potissimum conuelluntur, quae in par-
tem contrariam uehementer trahimus, atque mouemus. unde si
homini currenti uehementerq. membra ultra propellenti quis ob
uiam factus obstiterit, accidit ut in partem contrariam ea retor-
queantur, quae adhucante pertendunt, atque proripiunt. itaque
conuulsio tanto uehementior incidit, quanto cursus contente ma-
gis agitur. Cursus in superrecta ad anteriora factus, atque longus
ab Hippocrate nuncupatus secundum eius sententiam si sensim
2. d diaeta. fiat, calefacit, & carnem diffundit, uerum corpora tardiora, atque
crassiora reddit, multaq. comedentibus utilitatem praestat. At re-
Oribasius Loco citat. 2. d diaeta. cursus in posteriora secundum Antyllum non celeriter initus, capi
ti, oculis, tendinibus, stomacho, & lumbis accommodatus, atque F
utilis est; iccirco non replet caput. Circularis uero cursus secun-
dum Hippocratem carnem minime diffundit; attenuat autem, di-
stendit carnem, & uentrem maxime: proptereaq. acutissimo spiri
tu utentes humiditatē in se ipsos celerrime trahunt. qua ratione ab
In lib. de in som. ipso in ijs commendatur, qui nigra astra in insomnijs uident, nem
pe quibus morbus forinsecus immineat. Caput ualde offendit, uer-
tiginesq. ut Theophrastus scribit, abunde suggerit; thoracem, &
crura uitiat; ideoq. repudiari omnino debet. Sunt cursus per ac-
cliuia magis laboriosi, magisq. thoraci, & cruribus inimici; simili-
ter, & per montes: per decliuia uero caput uehementius afficiūt,
uiscera omnia quassant, coxas debiles perturbant; per plana cur-
sus illa omnia praestant, quae iam declarauimus. Ceterum qui te-
cto corpore obeuntur, & sudorem mouendo magis humectant,

&

A & carnem calefaciunt. ideoq. Coelius Aurelianus capitis dolore laborantes ut uestitos currere faciamus, magnopere curandum praecepit; quemadmodum Theodorus Priscianus scriptis mandauit cursum cum uestibus laneis peractum asthmaticis prodesse; hunc tamen decoloratiora corpora efficere; quoniam sincerus spiritus allabens ipsa non depurgat, sed in eodem spiritu exercentur; auctor est Hippocrates, qui tamen eundem in illis probauit, qui stellas deficientes in insomnijs uident, quod secretionem in corpore humidam, ac pituitosam factam, & in externam circumferentiam illapsam esse significetur. Qui porro nudis corporibus efficiuntur, sicuti magnam sudorum copiam eliciunt, ita generose per occultos halitus euocant humores, corporaq. magis deurunt. quocirca Aristoteles sudorem, qui corpore nudo currenti prodierit, etiam si mi-B nor sit, magis laudat, quam qui sub ueste se prompserit, argumento illorum, qui nudi cursum aestiuo tempore actitant, quiq. coloratiores redduntur. indutis currentibus non ob aliud certe, nisi quod, ut omnes qui loca libera & adspiratiora incolunt, melius colorantur ijs, qui impedita, & silentia tenent, sic etiam se ipso quisq. coloratior est, cum ueluti spiritui afflanti placide patet, quam cum perstrictus, obductusq. a calore nimio angitur. quod certe ijs accidit magis, qui uestiti percurrunt, & qui nimis dormiunt, quippe qui ueluti adstricti, & propemodum strangulati, minus reliquis se se modico somno recreantibus colore florent. Cursum uniuersim acceptum magis hieme, quam aestate ex usu esse credidit Hippocrates, siue Polybus in secundo de diaeta libro. ex aduerso Oribasius tum hieme, tum aestate media conuenire sensit. cuius C forsan sententia uerior iudicabitur, si sudorem quis aestate magis, hieme minus procurandum cum Aristotele arbitratus fuerit. sed de hoc iam supra abunde disputauimus, nec quidquam amplius remanet, quod ad finiendum hanc cursus tractationem pertineat.

in libro de uertig. li. 2. ad Timot. c. 12. 2. de diaeta. lib. de insomnijs.

2. partic. prob. 30.

Quid praestet saltus. *Cap. IIX.*



SALTVM inter uehementes exercitationes, quae ex robusta atq. celeri componuntur, collocandum iudicauit Galenus, & praesertim illum, qui sine ulla intermissione iugiter continuatur; qua de re ipsum calorem natiuum augere & concoquendis cibis crudisue humoribus conferre apud omnes perspectum est, licet postea capiti, atque pectori noce-

re ex eo constet, quod in huiuscemodi exercitationibus alterum uehementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorsi inflexionibus comprimitur, & ex compressionibus mox uasa tam pectoris, quam pulmonis franguntur: ut euenisse interdum narrat Galenus. Hoc praeterea saltui commune inest, ut grauidas mulieres abortiri facillime faciat: neque istud ab Hippocrate solum, ceterisq. uetustissimis auctoribus, ubiq. confirmatum est; uerum etiã ipsa rerum parens, optimaq. magistra natura nos uberrime edocuit, nimirum quae capreas, & cetera brutorum genera saltantia firmamentis quibusdam, ut indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta, quibus fetus in utero continetur, dum illa saltare coguntur, faciliter disrumperentur; quod munimen cum humani generis feminis nequaquam concesserit, opinor eo consilio effecisse, ut cognoscerent homines, dum mulieres in utero gerunt, quaslibet saltandi occasiones ipsis effugiẽdas esse. Multae sunt saltus species, quarum duas Oribasius Antyllum secutus nominauit, exsilitionem uidelicet, atque saltum ita proprie uocatum. de exsilitione, quae quodammodo cursui adsimiliatur, hanc sententiam tulit, illam diuturnis capitis morbis accommodari, thoracem adiuuare, cum inflexionibus ualentibus careat; materiam, quae ad partes superiores rapitur, ad inferiora reclinare, cruribus imbecillis, sese non alentibus, ex carnibus, stupidis, atque tremulis praesidium afferre. hanc etiã intellexisse opinor Suetonium, ubi Augustum ambulare solitum, ita ut in extremis spatijs subsultim decurreret, scribit, quasi sic infirmitati coxendicum femoris, & cruris sinistri, necnon uesicae calculis, quibus affictabatur, saepe occurreret. De saltu uero proprie sic appellato dixit, eum materiam infra exactius deducere, sed quia thoracem nimis, & uiolentia motus, & magnis inflexionibus concutit, eius affectionibus minime conuenire; uerumtamen, & admotum, & ad actiones promptum corpus ualde reddere; quod si ad nates efficiatur saltus, qualẽ Lacaenarum mulierum fuisse iam diximus, caput, ex eiusdem Antylli sententia, peculiariter purgat, & purgando siccat. atque de hoc mentionem fecisse Aretaeum puto, ubi in uetere capitis dolore saltum, & ξυνευπαίδευτον ἀνείλησιν laudauit, sicut & ἄφαλσιν in uertiginosis. euocat etiam menstruas mulierum purgationes, & fetus nimium adhaerentes expellit, quemadmodum Hippocrates testatum reliquit; secundas quoque retentas quassationis merito deijcit, necnon uterum, qui supra sese contraxit, in suum locum trahit, haemorrhoidas prouocat, lapillos ex renibus ad uesicam detrudit: genibus tamen ob conti-

nuas,

5. Meth. in prin. de nat. pueri.

14. de usu partium.

In ei⁹ uita cap. 83.

lib. 2. c. 11. Lib. 1. cur. chir. c. 1.

in li. de na. pueri.

A nuas, & nimis uiolentas flexiones, summopere nocet. Qui uersus
altum peraguntur saltus sicuti coxas iuuant, ita pectori detrimen-
tum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput a superfluitatibus, quas
reclinant ad infimas partes, emundant, crura corroborant; cete-
rum uiscera omnia uehementius quassant, & ob id etiam qui uel
hernias patiuntur, uel quas uocant alias crepaturas, uel uaricibus
crura tumida gerunt, huiuscemodi exercitationes summo studio ex
Paulli sententia uitare debent, sed & podagrici omnes, & qui leui lib. 3. c.53.
qualibet de caussa a destillationibus ad pedes, tumoribusq. omni-
bus molestantur. saltus igitur hi sunt effectus, quem ubi purgatio
ac phlebotomia necessaria est, nec uel aetatis ratione uel ob ali-
quod aliud impedimentum ulla earum administrari potest, pro ip-
sis supplere, redundantesq. humores exinanire manifestauit Gale 6.epi.cō.3.
B nus; licet postea apud uarios medicinae auctores, & potissimum a- aph.2.
pud Rufum Ephesium inuenerim, eundemmet saltum ijs obesse,
qui facile sanguinis mictum, aut fluxum, quiue renum imbecillita- Lib. de pas
tem; ac feruorem incurrunt, necnon ulcus in ipsis aut habent aut sionib. ren.
mox habuerunt: quinimmo etiam sanis renibus interdum a saltu
ualido frangi uenas, scriptum est apud Aetium. quae omnia de sal
tu simpliciter facto intelligenda esse uolo. Qui enim manibus uel
lapide, uel plumbo, uel aliquo alio plenis saltare nituntur, ab alijs
in hoc differunt, ut dicebant Aristoteles & Theophastus, quod il- 5. partic.
li inanem iactantes manum maiorem brachio laborem pariunt: prob. 8.
hi uero minorem; siquidem brachium inani iactatione quasi con- in lib.
uellitur, cum in nulla re nitatur; in iactatione uero pondusculis περὶ κό-
manu apprehensis facta nulla huiuscemodi conuulsio contingit, πων.
C quando saltans id manibus tenet, cui quasi nititur, quo minus fa-
tiscat, haud aliter, atque currentes, qui dum manus inuicem qua-
tiunt, uelocius procurrunt, quam manibus tensis, atq. otiosis;
quoniam ita quasi sese sustentant, in eaq. manuum diuaricatione, Aristo. lib.
& explicatione innixi uehementius, firmius, & consequenter ue- de cōi aīa-
locius mouentur. liū gressu.

De Halterum condicionibus. *Cap. IX.*

SALTERIBVS factam exercitationem duram esse, atque
uehementem, praeter Antyllum comprobauit quoq. 2. ð tu. ua.
ipse Galenus, dū in huiuscemodi ponderibus apprehen Orib. lib. 6
dendis, iactandisq. musculos omnes, atq. neruos ualidis- cap. 34.
sime intendi confessus est. qua ratione efficitur, ut affatum cor-

pus calefacere haec exercitatio idonea ſit, & praeſertim dorſum, D
quod maxime in iactandis halteribus ſatisfacere uidetur; praeterea
carnem creat; priuatim uero ſuperiores partes ab illa exerceri me-
moriae mandauit Galenus: cuius ratione ante ipſum Aretaeus hu-
iuſcemodi exercitationem in antiquo capitis dolore, qui paullatim
finiatur, uſu probauit, ueluti etiam in coeliacis & uertiginoſis. Sed
6. đ tu. ua. cap. 14. Oribaſius Antylli auctoritate humeros ipſam exercitare, ſtoma-
6. cur. chro. cap. 1. choq., quem diffluxio infeſtat, quiq. imbecillus eſt, & in quo ci-
bus aceſcit, ſiue cum labore concoquitur, accommodari ſcribit: lau-
dat in arthriticis Coelius Aurelianus, ut primo manibus cera emol-
Li 5 chro. cap. 2. lienda detur, aut manipuli teneantur, quos palaeſtritae halteras ap-
pellant, tum primo cerei, ſiue lignei cum paruo plumbo intercluſo
mouendi porrigantur, deinde grauiores pro modo profectus: Ga-
6. đ tu. ua. cap. 14. lenus cuidam, qui mordax, praecalidumq. ſemen inter emitten- E
dum ſentire non tantum ſe, ſed etiam mulieres, cum quibus rem ha-
beret, referebat, inter cetera auxilia ſeſe halteribus exerceret ſua-
ſit: quem poſtea ſecutus Alexander Trallianus in priapiſmo curan-
lib. 9. c. ult. do huiuſcemodi exercitationem commendauit, quod animaduer-
teret ipſam non modo ad retundendum, infirmandumq. ſemen,
uerumetiam ad materiam in diuerſum trahendam, ſpiritusq. flatu-
đ cōp. me. p genera. cap. 2. lentos digerendos conducere. ſimiliter quoq. Galen. in ulcerum
crurum curatione, niſi quid aliud impediat, halteribus peractam
exercitationem probauit, propterea quod ſic impeditur, quo mi-
6. epi. cō. 3. aph. 2. nus humores ulceribus noxij ad partes inferiores delabantur. Idem
etiam, ubi purgatio, aut phlebotomia requiritur, nec eas aetas, aut
aegrotantis uoluntas permittit, loco ipſarum ſupplere iudicauit.
Verum enim uero neq. capite, neq. thoraci ſimilem exercitationē F
congruere ullus affirmaret, quorum alterum nimis, atq. inaequali-
ter agitatur, alterius autem uaſa, ne ob maximam, qua brachia u-
tuntur, uim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quā-
rem fortaſſe conſiderans Martialis, foſſionem, quam Galenus, &
exercitationem ſimul, & opus fecit, ſicut ſupra oſtendimus, huic ex-
ercitationi propoſuit ſub hiſce uerſibus:

lib. 14. *Quid pereunt ſtulto fortes haltere lacerti?*
Exercet melius uinea foſſa uiros.

Huius cum ſecundo libro tria fecerimus genera, Primum ea om-
nia praeſtare creditur, quae iam enarrauimus: Alterum uero par-
ticulari quadam facultate crura, neruosq. confirmare, & materiam
deducere ſcripſit Antyllus; ueluti & tertium ſpinam, illaq. iuua-
re, & mollire, ſed caput peſſime afficere dixit. Vnum illud hiſce

A omnibus adiungere opportunum duco, quod quamuis hac tempestate figura illa halterum antiquorum a Pausania descripta in usu non habeatur, cum tamen loco eorum apud alios massulae plumbeae, ferreaeue, apud alios lateres, ac lapides prope sphaerici & graues usurpentur, nihil figura illa refert ad uariandos effectus, efficiendumue, ne eadem facultas tam in usu nostrorum, quam in priscorum inueniatur, eo magis quod haud secus qui hodie sese exercent in lapidibus, uel massulis proijciendis, brachia, dorsum, omnesq. superiores partes mouent, contorquentue, ac faciebant antiqui halterum exercitatores. ut hac una ratione omnes effectus a nobis supra expositi in nostris etiam exercitationibus exspectari debeant. 5. Eliacor.

De disci, atque iaculationis effectibus. Cap. X.

B

DE disco quamuis apud medicinae probatos auctores, paucam omnino mentionem factam inueniam, ob idq. fortasse locus iste dimitti postularet; quoniam tamen a Galeno proditum fuit, disci iactum, nedum exercitationem apud antiquos exstitisse, in gymnasijsque fieri solitam, uerum etiam inter uehementes exercitationes haud postremum locum obtinuisse, atque hodie quoq. apud multas nationes in usum exercendorum corporum uenire, proinde siccis (ut aiunt) pedibus praeterire illum omnino nolui. Quo circa in primis sciendum erit, hanc exercitationem, modo in ceteris non delinquatur, accommodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atq. illis, quibus ueloces exercitationes negantur, perfecte conuenire, C necnon imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderate corroborare. cum etenim magni atque uehementes obnixus in lõgius discum proijciendo requirantur, fit ut uehementia motus, ac musculorum intensione artus magis solidescant, & ab excrementis purgentur. cuius purgationis merito consuluit quandoque Galenus, ut, si quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ipsae aliquibus impedimentis adhiberi permitterentur, earum uice per discum facta exercitatio admitteretur, quae nimirum id praestaret, quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, exoptaretur: peculiariter autem exercitatio ista brachia, lumbos, ac denique uniuersum dorsum corroborare idonea est, quae scilicet partes in ipso maxime omnium agitantur: in uertiginosis quoque ab Aretaeo commendatur. Ab illis uero magnopere euitari debet, quicumque aut renes, aut thoracem male affectos habent: nam il- In. 6. epid. cõ. 5. aph. 4.

li feruidiores, atque flaccidiores redditi incredibilem quandam dissolutionem contrahunt; huius interna aliqua uasa, ut testatum fecit Galenus, non raro disrumpuntur. Et ne quis credat, eandem exercitationem exstitisse halterum, atque disci, sciendum praeter uariam utriusque figuram iam a nobis in superioribus libris declaratam, hoc quoque discrimen habuisse, quod halteres uarijs contorsionibus altius agebantur, discus uero, etsi in altum proijceretur, tamen longitudo spatij iactatione peracti potius metiebatur eo ferme pacto, quo hac tempestate faciunt, qui sese in lateribus oblongis proijciendis exercent, in quibus ijdem effectus uidentur, qui olim in discobolis uisebantur. Iaculatio porro sicuti a disci iactu parum in ipsa proiectione differre uidetur, ita quoque uires similes & ad nocendum, & ad iuuandum obtinere credendum est. quo fit ut pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquantur. Illud minime silentio obuolui debere sentio, ueteres scilicet non sine mysterio Æsculapium, atque Apollinem, ambos medicinae auctores, ambos sanitatis magistros arti iaculandi tamquam Deos praefecisse; nimirum hac sententia innuẽtes, huiuscemodi exercitationem bonae ualetudinis conseruationi, boniq. habitus acquisitioni strenuam opem afferre. cuius exercitationis postquam plures species effecimus, alias a iaculorum, siue sagittarum uarietate desumptas, alias ab arcubus seu balistis, quibus illae emittuntur, acceptas, omnes eandem plane facultatem possidere autumo, nisi quod eos, qui in ferreis uocatis palis iaciendis exercentur, hoc admonitos uelim, ut magnam curam adhibeant; quoniam saepe numero peritonaeum disrumpi, intestinaq. in scrotum descendere, & per consequens hernias in similibus exercitationibus generari experientia compertum est: cumq. in emittendo maxima uis, atque intensa spiritus retentio adhibeatur, pectori adstricto, atque infirmo huiuscemodi iaculationem aduersari puto. Non est quoq. illud ignorandum, quod Marcus Tullius memoriae prodidit, Philoctetem, dum cruciaretur, non ferendis doloribus propagasse tamen uitam aucupio sagittarum iaculatione facto; quod an faceret exercitatio ipsa, an delectatio illam insequens, mihi ab utroque factum uerisimile uidetur.

Margin notes: lib. 2. c. 12. (beside "uariam utriusque figuram"); 5. de finib. bo. & mal. (beside "randum, quod Marcus Tullius"). Section letters D, E, F in right margin.

A *De deambulationum qualitatibus. Cap. XI.*

SI ullum est exercitationis genus, quod illis, qui sanitati operam nauant, maxime quaerendum, atque cognoscendum sit, quodq. ceteris quibuscumque frequentius a cunctis fere hominibus, omniq. tempore exerceatur, unam proculdubio deambulationem esse nemo negabit: si quidē nullus est, siue puer, siue adultus, siue senex, qui non modo eam praestantissimam, sed solam exercitationem non credat. pauci tamen reperiuntur, qui uel ratione, uel longo usu, quibus quaeq. corporis partibus, & prosit, & noceat, perfecte animaduerterint: id quod euenisse existimo, cum ob uarias illius species, tum ob posteriorum hominum incuriam, qui & in huiuscemodi rebus, & in B quampluribus alijs antiquioribus negligentius, atque oscitantius sese gesserunt. Quamobrem operaepretium facturum me esse spero, si, deambulationum species praecipuas recensens, consequenter quid unaquaeq. tam boni, quam mali efficere ualeat, demonstrauero. sed duo ante cetera ab omnibus considerari cupio. Primum quod saepe inuenire est apud auctores medicinae Graecos, & Latinos, praecipi simul ambulationes, & exercitationes; quasi illae ab his separatae nec exercitationes sint. quorum sententias sic interpretari uolo, ut semper, dum ipsas seiungunt, sub nomine exercitationum, eas, quae proprie ita appellantur, significent; cum ambulationes communiter, & non proprie exercitationes appellari mereantur: Alterum est, duas Galenum, & eos, qui ipsius doctrinam secuti fuerunt, deambulationis principales species tradidisse, C alteram apotherapeuticam a medicis nuncupatam, necnon post relictos aliarum exercitationum labores adhiberi solitam, de qua nō est nunc instituti nostri multa uerba facere; alteram simplici nomine deambulationis appellatam, qua uti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad reparandam ualetudinem, aut in sanis ad conseruandam, atque augendam maiores utebantur, nosque uti possumus. atque de hac erit tota nostra tractatio; cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, ut fecit in ceteris exercitationibus, assignauit; quoniam, cum tot species habeat, non parum diuersas, sub unica illas omnes differentia comprehendere impossibile uidetur. Deambulationes itaq. diuiduntur tum a motu ipso, a quo (ut sic dicam) earum essentia exsistit; tum a loco, in quo perficiuntur; tum a tempore. A motu, quoniam aliae celeres sunt, aliae tardae, aliae uehementes, aliae remissae, aliae multae, aliae paucae, aliae

mediocres, aliae longae, & rectae, aliae breues, & reuersiuae, atq. D
hae, uel totis pedibus, uel summis digitis, uel calcibus. A loco, quoniam aliae fiunt in montibus, aliae in uijs planis; & quae in uijs planis, aliae in inaequalibus, aliae in aequalibus, & uel sub porticu, uel sub Dio, uel sub Sole. A tempore, quoniam aliae fiunt hieme, aliae aestate, aliae mane, aliae uespere, aliae ante cibum, aliae a cibo. Tot enim deambulationum discrimina (ne minutius rem partiar) apud auctores, atque ex ipsa rei natura, experientiaue reperio: quarum nonnullae sane possunt esse apotherapeuticae, sicut apud antiquos
6. colle. cap. 21. fuerunt. At non est ignorandum, tunc illas in usum uenire, quando iam confectae sint grauiores exercitationes, siue post purgationes, quas medicamenta fecerint, & post sublitionem oculorum, & post copiosum uomitum: atq. hoc deambulationis genus aptum est animum remittere, spiritum commutare, in ordinemq. adducere, E
quae distenta sunt soluere, itemq. thoracem purgare, & facilem respirationem reddere, instrumenta sensus roborare, uentriculum firmare, &, quod maximi refert, omnem affectionem, quae lassitudinis sensum infert, quaeq. perturbat, explicare, atque dissoluere.
2. d diaeta. prope finē. de ista loquebatur Hippocrates quando scripsit, deambulationes post exercitationes corpora pura reddere, attenuareq., minime uero permittere, ut caro prae labore colliquetur, sed ipsam purgare. Atqui deambulationū simpliciū mediocris ceteris omnibus magis
16. famil. Epist. lib. ex usu est: de qua intelligendus est M. Tullij locus, quando is Ironi consulens, ut ualetudinem curaret, ab ipsa quinq. postulari scripsit, πέψιν, ἀλυπίαν, περίπατον σύμμετρον, τέρψιν, εὐλυσίαν κοιλίας, idest ciborum coctionem, tristitiae carentiam, ambulationem moderatam, oblectationem, & alui solutionem facilem. mediocrem au F
tem appello ambulationem, quae inter differentias enumeratas nihil alioquin excedit, aut deficit, multa tamen, atque contenta sit, quemadmodum ambulationem profuturam esse debere tradidit
Orib. ibid. Antyllus, quae, ut sentit idem, capiti, oculis, gurgulioni, thoraci,
7. epist. 79. nisi adsit sputum sanguinis, male affectis auxiliatur. De hac loquebatur Seneca, quando sese destillationi, a qua ualde affligebatur, de
Lib. chr. 1. c. 5. & li. 3. cap. 1. ambulatione succurrere fatebatur. hanc eandem pro insania, proq. asthmate curandis Coelius Aurelianus commendabat: est uero etiā
9. d comp. med. s l. c. 131. maxime utilis stomacho humescenti, dolenti, & in quo alimenta coacescunt, corrumpunturue. In arquatis, siue ictericis curandis ea usus Archigenes inuenitur. similiter efficax est ad mulieres, quibus suppressae sunt purgationes; & cum aluus sistitur, cibi supernatant, urina retinetur. non mediocriter quoq. coxendicis mor

A bis prodest, & ad summam omnibus ijs, in quibus necesse est aut a
superioribus partibus ad inferiores aliquid defluere, aut quae ad in
feriores partes propensa feruntur, excernere. Iam uero febrienti-
bus omnibus deambulatio huiuscemodi obest, nimirum quae, ut
sentit Galenus, calorem, & consequenter febres augeat; nocet epi 6.Epid.
lepticis, sanguinem excreantibus, mingentibusue, aut seminis de- com.3.
fluuium patientibus. Porro uelox deambulatio magnopere cale- aph 3.
facit, magnitudinem carnis, si quid aliud, tollit. cuius gratia Coe Li. 4. chro.
lius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur ca- cap. 7. &
lor, atque in polysarchia adhibendam esse iudicauit. Ambula- lib.5.c.ult.
tiones tardae fere eadem praestant, quae ab apotherapeutica ef-
fici diximus: quo circa ualetudinarijs senibus imbecillioribus,
& ijs, quos post cibum ambulare delectat, quiq. nuper a somno ex
B pergiscuntur, aut ad maiores exercitationes ineundas sese praepa-
rare uolunt, aut quauis parte dolent, accommodatae erunt. Has 2.de acutis
etiam esse crediderim, quas Hippocrates, Auicenna, & Haly a ce- 3. 1.doct.2
na ad magis cibum in uentriculi fundo ubi citius absoluitur coctio cap.7.
accommodandum probarunt, quasq. Galenus 7. Methodi pro par 1. 13.
reficiendis corporibus exsiccatis commẽdat. In capitis dolore Coe- 7. Metho.
lius Aurelianus probauit, ut laborãs deambulatione exerceretur, 1. chronic.
primo tarda, dehinc medio tempore fortiori, atq. paullo erectiori cap.1.
extentis cruribus; idem & pro epilepticis ambulationem leuẽ pro- Cap.4.
bauit, nempe quae sine capitis concussione humores a supremis ad
infima deducere, eos leniter dissipare, attenuare, & uniuersum cor
poris habitum citra noxam calefacere ualeat; quarum omnium gra
tia eam in quartanarijs, ubi paroxismus non affligit, iuuare, mino-
C rem fatigationem quã stare pedibus afferre, tradidit Galenus. In
spirandi difficultate & in sacro igne similiter, quem graeci ἕρπητα,
Scribonius, Zonam, Plinius circinum uocant, ambulationem hu 1.ad Glau.
iuscemodi conducere testatum reliquit Cornelius Celsus; quam li. de palp.
& pro elephantiasi curanda in usu habendã esse consuluit cum eo conul.&tri.
Coelius. uehemens siue nimia deambulatio frigidos adiuuat & ea lib 3. de re
ratione a Celso ad debellandum corporis tremorem usurpatur; an med. c.33.
helitum auget, & flatus discutit, ac capita debilia magnopere per- li.4.c.4. &
turbat, & ob id iure reprehendendus est Praxagoras, qui in epilepti lib.5.c.28.
cis plurimas, & uehementi motu celebratas deambulationes adhi- Li.4.chro.
bebat: pedibus similiter debilibus, & suscipiendae podagrae ex- cap 3.
positis noce; quandoquidem ob nimias deambulationes non ra- Cel. lib. 1.
ro ischiadicos dolores & podagram generari, scribit Galenus; si- cap.4.
cuti ex aduerso remissam arthriticis, & podagricis & ulceribus in-

ternis conuenire, inſinuarunt Coelius,& Celſus, ubi deambulatio- D
nē molli ſtramine, coaequato ſolo peractam ipſis commendauit. de
bent enim (ut ſcriptū eſt a Tralliano) qui podagra & articulorū af-
fectionibus turbantur, μετρίως, & ἄνευ κόπου πολλοῦ moueri, potiſ-
ſimumq. ante,& non poſt cibos. Nam laſſitudo his maxime aduer-
ſatur, ut quae articulos plus iuſto calefaciat,& inflammet, ipſiq. aliā
rurſus materiam ex longinquioribus particulis ad ſe attrahentes, ar
ripientesq. fluxibus iugiter cauſſam ſuggerant. Multa deambulatio
ſecundū Antylli ſententiam iuuat eos, qui caput, uel thoracem ma
le affectum habent, & a quibus infernae corporis partes nō nutriū
tur, quiue in exercitationibus uehementiori motu egent; pauca ue
ro prodeſt ijs, qui poſt exercitationes non lauantur, quibus a cibo
deambulationibus opus eſt, ut is in fundum ſtomachi deſcendat,&
quibus grauitas in corpore ſentitur. Longa & recta ambulatio E
minorem, quam breuis, moleſtiam parit; capiti prodeſt: ut non im
Oribaſius merito Coelius, atq. Cornelius Celſus epilepticis curandis eam ex
ibidem uſu eſſe iudicauerint; at nimis exſugit, humiditates, atq. exſiccat. ob
lib. 1. c. 4. idq. merito accuſandus eſt Themiſon, qui atrophia laborantes duo
Lib. 3. c. 33. decim ſtadiorum ſpatium greſſu conficere ſuadebat. Longa & con
Cel. lib. 3. citata ſingultui comprimendo ſecundum Aetij ſententiam ſtrenue
chronic. 7. prodeſt: breuis ſicuti magis fatigat, cum (ut dicebat Ariſtoteles) ex
motu & quiete inter reflectendum orta conſtans diuerſitatis illius
opera laborem inferat, ita quoq. reuerſionibus illis continuis ca-
put labefactat:& propterea ab eodem Coelio non ſine ratione epi-
lepticis damnatur; cuius rei cauſſa ambulatio quoq. circularis meri
to improbanda eſt, ut pote quae caput uertiginoſum reddat & ocu
lis uehementer noceat. Nam Caſsius medicus antiquus in libello F
Probl. 38. problematum, quem graeca lingua conſcripſit, cauſſam indagans,
ob quam motus recto tramite facti uertiginem non generent, ſed
ſolum circulares, ob id accidere dicit, quia motus recti minime dif
flationem materiae impediunt, circulares uero eā fieri non ſinunt,
quod aer uehementius illiſus prohibeat; ad haec materiae intus agi
tantur, quemadmodū & foris, ubi circumlatae, neq. foras prodire
ualentes motū in capite uertiginoſum afficiunt. ſicuti namq. icteri-
ci omnes externos ſapores amaros ſentiunt, & qui ſuffuſiones in o-
culis patiuntur, quoſcumq. colores rubeos iudicant; ſimiliter in cir
cularibus motibus, cū in oculis humores in orbem agantur, omnia
externa circumferri uidentur, ſicq. uertiginoſa paſſio oboritur. Ex
ambulationibus, quae cum intenſione crurum calcibus incumben
do fiunt, quemadmodū ſcriptum eſt ab Antyllo, capiti male affe-
cto

A cto conueniunt, itemq. thoraci humidiori, utero conuulso, purgationi suppressae, partibus infernis ab alimento fructum non capientibus, & omnino quibus materia sursum repit. Quae uero extremis digitis obeuntur, eas obseruatum fuit, proprie lippientibus, & aluo suppressae utiles esse. Quae uero totis pedibus fiunt, cum sub aliqua semper praedictarum differentiarum comprehendantur, ipsarum etiam facultates obtinere, rationi consentaneum est. Atq. haec de speciebus ab ipso motu desumptis.

Iterum de deambulationum qualitatibus. Cap. XII.

INTER deambulationum species, quae a loco accipiuntur, illae, quae fiunt in montibus, aut adscendendo, aut
B descendẽdo exercentur. si fiant adscẽdendo, ualde profecto uniuersum corpus fatigatur, quoniam referente Galeno attolluntur eo motus genere, & perinde ac onus quoddam sustinentur ab ijs, quae primum mouentur instrumentis, reliqua corporis membra uniuersa. scribit Aristotel. ambulationes per accliuia, tametsi sint hebetiores motus, magis sudorem prouocare, quã per decliuia, nec non spiritum prosistere; quoniam graui cuiq., ut deorsum ferri secundum naturam est, sic ferri sursum contra naturam, itaq. caloris natura, quae nostra prouehit corpora, ut nihil per decliue laborat, sic per accliue pressa onere nititur, acriusq. ob eiusmodi motum incalescit, & sudorem mouet, & spiritum prosistit, cum etiam corporis uarius inflexus non nihil afferre caussae possit, ut directa spirandi reciprocatio auferatur. qua ratione secundum 2. de tu ua. cap. 9. 2. partic. prob. 38.
C Antylli sententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui spiritum exiguum ducat, & praesertim ante cibum confert, maiorumq. exercitationum uice nonnumquam supplet. Legitur de Demosthene, consueuisse ipsum adscẽdendo deambulare, atq. inter ambulandũ orationes pronunciare, quo sic productae spiritus contentioni, qua oratores in dicendo opus habent, assuesceret. Verum enim uero genibus infirmis eadem ualde aduersatur; propterea quod dicebat Aristoteles, dũ adscendimus, nos corpus sursum iactare, distentionemq. corporis & genuum mouere; ad haec genua ipsa, quae secundum naturam in anteriorem partem flecti nata sunt, quasi contra naturã flecti retro, ob idq. magnopere dolere atq. laborare. Ex altera parte ambulatio decliuis, quae descẽdendo obitur, magis altera a capite ad inferiores partes trahit; at femora inualida nõ parũ laedit, nimirum quae & eiusdem Aristotelis sententia in hoc mo- 5. partic. prob.

tu contra Naturae inclinationem ante aguntur, quasiq. mouendo D crura uniuersi corporis pondus sustinent, & proinde uehementer fatigantur. Ambulationes quae tum adscendēdo, tum descenden lib. 1. c. 2. do peraguntur a Cornelio Celso comprobantur, eo quod ita uarietate quadam corpus uniuersum moueatur; nisi tamen id perquam imbecillum sit. Quae uero fiunt in uijs planis, & aequalibus ex sententia Aristotelis ob motus, quam seruant (ut sic dicam) uniformitatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturae, quam tenent similitudinem, citius labores finiunt, necnon ad spiritum, & ad corpus aequaliter constituendum magis accommodatae sunt, quam factae in inaequalibus. At deambulationes per inaequales uias factae non modo minus fatigant, uerum etiam utiles ijs sunt, qui cito deambulando defatigantur. atque hoc Antyllus intelligebat, cum ambulationes, quae in uijs peraguntur, minori cum labore fieri scri E Oribasius psit, quam eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc Loco citat. idem innuere uoluit Acumenus medicus apud Platonem in Phae- In Oecon. dro, ubi ambulationem in uijs ambulationi in cursibus praeposuit, de quo supra latius disputauimus. neque aliud intellexit Ischomacus apud Xenophontem, quando ambulationem, qua ipse in agrum seruum cum equo sequebatur, ambulationi in xystis factae praetulit. in his tamē disterminandis ualde refert, nūquid in pratis, in locis asperis, an in arenosis efficiantur; quoniā si fiant in pratis, blādissimae proculdubio sunt, nihil omnino sensus tentāt, nihil cōmouent, at eas caput implere, tum propter odoris suauitatem, tum propter humiditatem, quae illis inhaeret, auctor est Antyllus. Factae in locis asperis caput replent. Quando autem in arena, & maxime profunda (quod genus est uehementissimae exercitationis) a- F guntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firmandas, corroborandasq. cuius gratia Augustus dū coxendice, & femore, & crure sinistro, non satis bene ualeret, immo saepe ea parte claudicaret, hac deambulatione confirmabatur. sic enim locum Sue In uita Au tonij interpretari debere censeo. ubi eum arenarum, & arundinū gusti. c. 80 remedio usum tradit, arenarum quidem tum ad desiccandas fluxiones, tum ad confirmandam ut iudicaui coxam arundinum ad continendum, & claudicationem impediendum. quod quo modo fieri debet, edocuit Cato lib. de re rust. cap. 160. Ad materiam subinde, e supernis ad infernas partes deducendam, eamque dis- li. 2. chro. sipandam potentissimae exsistunt, & ideo male forsan a Coelio cap. 1. taxatur Erasistratus, quod deambulatione in arenosis locis paralyticos exercendos suaderet. sub porticu factae ambulationes,

aut

A aut loco concluso, ut spelunca & similibus a Celso, & ab alijs non admodum probantur: quandoquidem aere libero non fruuntur, sed intemperato, uitioso, crasso, corpusque uniuersum replente: nisi tamen porticus, aut loci cooperti in locis sint domus superioribus, ac tabulis stratis, ubi ambulationes ceteris quibusque ab Antyllo anteponuntur, quod uaporum, qui e terra effluunt, sint expertes, aeremque puriorem habeant. Nec opponendum est huic sententiae nostrae, quod antiqui cryptoporticus in usum istum exaedificatas haberent: quia illis dumtaxat utebantur, quando pluuiae, tempestates, aut immodici uentorum impetus, aerisq. iniquitas uetabant, quo minus in aperto aere deambularent, quo tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quae fiunt sub Dio, omnes factis in porticu a Cornelio Celso praeferuntur. A Vitru- B uio quoque ualde celebrantur Hypaethrae ambulationes, & praesertim si uiridia adsint, quod tales magnam salubritatem habeant: & primum oculorum, quod ex uiridibus subtilis, & extenuatus aer, propter motionem corporis influens perlimat speciem, & ita auferens ex oculis humorem crassum, aciem tenuem, & acutam speciem relinquit. Praeterea cum corpus in ambulatione calescat, humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates, extenuatque dissipando, quod plus inest, quam corpus potest sustinere, ex quo ut in hypaethris locis ab aere humores ex corporibus exugerentur molestiores, quemadmodum ex terra per nebulas uidentur: consuluit architectorum princeps amplissima, & ornatissima sub dio hypaethrisque ambulando collocari in ciuitatibus aedificia. Verumenim uero apud medicos subdiales haedeambu- C lationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando prope mare fiunt, & siccandi, & crassos humores attenuandi uim habent; quando circa flumina, & stagna, humectare possunt: sed utraque nocent, & praesertim stagna, ideoque non temere has omnes in Epilepticis damnauit Aretaeus, quando in mediterraneis partibus aguntur, quemadmodum supradictis sunt praestantiores, ita quoque factis circa mare cedunt, quando in rore, humectant nõ sine damno: sed si in locis auium uolatu frequentatis ambules, efficacissimus is motus erit ad euocandum per halitum, & ad leuandum, haud secus, atque si in sublimibus locis ambules. Quae deinde sub Dio in locis uento minus perflatis ambulatio efficitur, ualet secundum Antylli sententiam ad euocandum per halitum, & ad excrementa dispergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Aetius in colicis doloribus a frigida caussa ortis commendauit. sed

quae

Lib. 3. c. 2.

Loco citato.

Lib. 5. c. 9.

Oribasius loco citato

quae perflante uento peragitur, si sub borea, tusses excitat, thoracemque laedit, at uires collabentes firmat, sensuum integritatem affert, stomachumque dissolutum roborat. atque de hac fortasse loquebatur Coelius Aurelianus, dum stomachicis deambulationes sub Dio pro modo uirium adhibendas consulebat, si sub Austro, caput replet, sensuum instrumenta hebetat, aluum mollit, atque ad dissoluendum ualet: si zephyris spirantibus, talis ambulatio ceteris omnibus, quae in uento fiunt, praestat: non enim habet insuauitates boreae, quin potius mansuetudo simul, atque iucunditas sunt coniunctae. Quae in Apeliote fit, mala est, & ferit atque ita se habent ambulationes subdiales in uentis peractae. Sequuntur, quae fiunt, uel in sole, uel in umbra: qua in re auctores diuersa sentire reperio. Cornelius Celsus, si caput ferat, meliorem ambulationem in sole, quam in umbra esse dixit, & meliorem in umbra, quã parietes, aut uiridaria efficiunt, quam quae tecto subest. Ex altera parte Oribasius auctoritate Antylli ductus improbat illam, ueluti quae effundat, caput impleat, atque inaequalitates gignat. quam sententiam non auderem alteri praeponere, nisi & ratio, & ueterum medicorum, praesertimque Hippocratis, & Galeni auctoritates testatum fecissent, solis radios humanis capitibus maximas noxas inferre. nempe quae si calida, & humida, magis calefiant & eliquentur; si sicca, sicciora reddantur, & demum quaecumque sint, semper offendantur, modo uel rustici, uel alij sub sole uiuere assueti non sint. Quod probe cognoscens Hippocrates siue Polybus ad euitanda capitis detrimenta non quamlibet deambulationem, sed solam in frigore, aut in sole peractam uetat. Atqui non illud tacendum esse duco, semper eligi potius debere in sole ambulare, quam stare, & ambulare uelociter, quam segniter, sicuti praeceptum fuit ab Hippocrate in libro de salubri diaeta. cuius rei hanc attulit rationem Aristoteles, quod cum stamus, calor permanet, sicque amplius calefacit: corpus etenim nostrum (dicebat is) uaporem quendam tepidum de se continuo mittit, qui proximum & ambientem aerem tepefacit, unde aer postea ille corpus calidius reddit, cum autem quis in sole mouetur, flatus excitatur, qui refrigerare nos potest, quando motus quisque frigidus habetur. Ambulandum potius in umbra (dicebat Celsus) quam parietes, aut uiridaria efficiũt, quam quae tecto subest: quoniã aer assidua quadam, & blanda uentilatione salubrior redditur. qui aer quoniam interdum ab arboribus noxijs infici, & corpora deinde contaminare consueuit, ut de nuce arbore, atque Narcisso memoriae prodidit

Lib. 3. chr. cap. 2.

lib. 1. c. 2.

in 2. de morb.

5. partic. Prob. 34.

D E F

Plu-

A Plutarchus, propterea huiuscemodi umbras inter deambulandum fugere expediet. Neque item curam adhibere minorem oportet, ut arbores rore suffusae uitentur, quoniam, si per ipsas frequenter quis ambulet, membra faciliter lepra tentantur, atque huius eam Laitus apud Plutarchum in nat. quaest. attulit rationem, quod ros corporibus illabens ipsa mordeat. atque excoriet, uel potius quod a rore colliquatis arborum superficiebus asspergo quaedam noxia inde corporibus affusa inhaereat, quae partes extimas ipsorum mordeat, atque discindat: etenim rori uim colliquatiuam (τηκτικὸν, non δηκτικὸν, & re ipsa, & uetusto codice permotus legendum puto) inesse perspectum satis illud facit, quod ros bibitus gracilitatem inducit, ut mulieres eae manifesto declarant, quae alioquin obesae dum tenuibus uestimentis, aut lanis rori colligendo operam nauant, eo in exercitio carnes consumunt.

3. Sympto. prob. 1.

B In omnibus autem fere proderit sub iis umbris ambulare, quas epilepticis probauit Aretaeus & uertiginosis, nempe sub arboribus myrto, aut lauro, aut inter acres & bene olentes herbas calamentum, pulegium, thymum, mentham, maxime quidem agrestes, & sponte nascentes: sin harum copia desideretur, inter humano cultu procreatas. Est in hac quoque non exiguum discrimen respectu caeli, quod, dum serenum est, tunc ambulatio leuat, per halitum euocat, attenuat, bonam respirationem, & mouendi facilitatem parat: dum uero nubibus obtegitur, grauitatem affert, per halitum non euocat, tandemue caput implet. De ambulationibus faciendis uel hieme, uel aestate, uel alio tempore diximus in libro quarto, ubi tempus exercitationibus accommodatum definiuimus: superest tantum illud

Cap. 11.

C adnectere, ambulationes quaslibet ante cibum fieri debere, tum mane, tum uespere: quandoquidem matutina aluum emollit, si credimus Antyllo, segnitiem a somno contractam dissoluit, spiritusq. attenuat, calorem auget, & appetitum excitat: quinimmo Hippocrates hanc eandem humidioribus temperamentis conuenire, quod humoris transitus exinaniantur, neque animae meatus occludantur, scribit: sicut, & attenuare, nec non partes circa caput leues, agiles, ac promptas reddere, & aluum soluere confirmat. uespertina uero ad somnum hominem praeparat, ac inflationes dispergit, caput tamen debile male afficit, ob idque iure accusatur Serapion a Coelio, quod epilepticos imperaret circa uesperam ambulare, ac rursum conquiescere, & deambulationem repetere. Post cibum diximus exiguam ambulationem assuetis conuenire, atque illis, quibus non sine labore in fundum uentriculi descendit cibus: illis

2. de diaeta.

lib. 1. chro. cap. 4.

pariter,

pariter, quibus caput repletum est, lentam post cibum deambulationem commendauit, Galenus, secutus fortasse in hoc Aretaeum, qui in uetusto capitis dolore eandem in usu habendam uoluit. quamquam secundo de comp. med. ubi de dolore capitis ex ebrietate agit, uelit, neque multum comedendum, neque statim a cibo deambulandum. In reliquis quo modo conueniat, non uideo, & propterea Dioclem medicum antiquissimum, & clarissimum satis mirari non possum, quod phtisicos deambulatione post prandia uexandos esse uoluerit, quae sicuti concoctionem ciborum interturbat, ita multos ad caput uapores efferri, atque ibi in humiditatem conuersos ad pectus, & pulmonem diffluere facit, quo nihil phtisicis contingere perniciosius potest: eo magis, quod licet Hippocrates huiuscemodi deambulationes in humidioribus temperaturis approbet: aluum tamen, corpus, & uentrem siccare confitetur: ne illa omnia in medium adducam, quae de huiusce generis ambulatione scripta sunt in libro de insomnijs Hippocrati adscripto. qui liber cum multa superstitiosa contineat, forsan aliquis ijs, quae ibi de ambulatione post prandium in pluribus commendata dicuntur, paucam fidem adhibeat. Hactenus de ambulatione. iam cetera aggrediamur.

6. de tu. ua. cap 7. 2. de cōp. med.

Cel. lib. 2. cap. vlt.

2. de diaeta.

D E

Explicit Liber Quinctus.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER SEXTVS

Quos erectum stare effectus pariat. Cap. 1.



OS, qui pedibus erecti permanent, exerceri, quoniam abunde in superioribus demonstrauimus, hanc rem amplius in disputationem reuocare prorsus ridiculum foret. proinde, quot modis haec exercitatio uarietur, quosq. quaeque pariat effectus, declarabo. Quod etenim haec exercitatio priuatim dorsi partes afficiat, Auer-
B roes, inter Arabas non infimus, satis aperte dixit. Qui igitur illud debile a natura, uel casu sortiti sunt, summo studio id exercitationis genus euitare debent, nempe quod (ut saepius diximus) maiorem, quam ipsa ambulatio, defatigationem pariat: quibus etiam in renibus inflammatio, uel ulcera orta sunt, ne stent, magnopere cauendum esse, censuit Rufus Ephesius. debent quoque huiuscemodi exercitationem auersari, quos uel herniae labor sollicitat, uel in cruribus, aut scroto, uarices dilatantur, uel ulcera in inferioribus partibus orta sunt, aut qualibet de caussa oriuntur. quam sentẽtiam nisi medicorum auctoritas cõfirmasset: ueram tamen esse ipsa ratio persuaderet: quae scilicet ostendit, in stantibus graues humores citra difficultatem proruere, eosq. modo hernias, modo uarices, mo-
C do ulcera generare, fouere, & augere: nam quod uarices generentur, etiam Iuuenalis poeta cognouit, qui cum quandam mulierem Ianum rogantem de amici uictoria futura derideret, uolens significare ob importunas mulierum petitiones haruspicem, si cunctis inseruisset, stando, (sic quisq. haruspex pro alijs rogabat Deum) non parum laborare debuisse, ait: Varicosus fiet haruspex. Marium quoque scimus omnes, laboriosum uirum exstitisse, ob quod si quis dicat, ei uarices, quibus affligebatur, in ambobus cruribus ortas ob nimios in stando labores, eum minus erraturum existimarem. Verum enim uero & in hac exercitatione non paucae diuersitates repeRiuntur: propterea quod tempus, locus, atque situs uarias quasi species efficere uidentur. A tempore nascuntur duae species, quando aut ante cibum, aut a cibo, quis stando, & uel pauco tempore uel multo exercetur. A loco sumuntur differentiae: quoniam uel in sole, uel in umbra, & hac aut clausa, aut aperta statur. A situ demum eua-

6. collect. cap. 2.

I lib. de passionibus renum.

Saty. 6.

Plut. I eius uita.

uariantur standi genera, quando uel uno pede, uel ambobus, & D
uel iis totis,& planis,uel extremitatibus eorum, calcibus scilicet,&
summis digitis stamus. Ante cibum stare uentriculi excrementis
inaniendis auxiliatur, asthmaticos, & difficiliter spirantes adiuuat,
uentrem emollit, urinam prouocat,crura, & pedes corroborat, &
siquando deambulationi uacare non concedatur, illius uices supplere
potest. Vertiginosis tamen, & quibus ad superiora rapiuntur
uapores, nullo pacto conducit, cum ex tali erecta statione facilius
caput a fumis petatur: nam tantam ad hoc efficiendum potentiam
similis exercitatio habet, ut nonnulli boues, & cetera animantia
(quod scripsit Aristoteles) minus homine tussire, minusq catharris
uexari crediderint: quoniam ipsis minime erectis stantibus haud
ita uapores natura sursum tendentes in eorum capita ferri possunt.
Qua item ratione eos omnes damnare uehementer soleo, qui, si alto
capite dormiant, minus a catharris uexari debere putant, cum E
potius contrarium eueniat, ut scilicet qui humiliori, & fere ceteris
membris aequali capitis situ dormiunt, uel aliter iacent, minus
a uaporibus capite tententur, minusq. a capite ad pectus humores
defluant. Quamuis secus iudicandum sit, ubi quis uentriculi in conficiendo
cibum debilitate uexatur. Quo in casu Posidonius apud
Aetium magnopere studendum esse iussit, ut in decumbendo caput
altiori situ contineatur, quo cibus magis in uentriculi fundo
accommodetur, & ob id nutrimentum minori molestia coquatur.
Atque hoc intelligi debet de iis, qui multum stãt: stare etenim pauco
tempore exiguum quid prodesse, neque multum obesse potest.
Qui porro communi illo effato, Prandia post stabis, inducti, post
sumptos cibos stare delectantur, ij scire debet, si mediocri quodam F
tempore stetur, descensui ciborum in uentriculi fundum insigniter
cooperari, & consequenter illorum concoctionem perbelle adiuuare,
nec alioqui ullam effatu dignam laesionem afferre: uerum si
multo tempore ita quis permanserit, praeter molestiam, qua ob ciborum
interdum pondus, praeter lassitudinem, qua ex labore afficitur,
uarias item offensiones subire cogitur. Primo namq. maior uaporum
copia superiorem corporis regionem impetit, maior humorum
multitudo ad inferiora praecipitat, atque inde ulcera in cruribus,
gonagras, & podagras generat, deinde thoracem, atque spirationem
uniuersam non parum labefactat, uti ex difficultate spirandi
tunc apparente facile quisque cognoscere ualet: postremo renes,
atque uesicam, & totam mingendi actionem uitiat, quando uidelicet
crudi humores ex simili situ ad eas partes deferuntur, renesq. &

Petrus Apponensis 5. partic. prob. 1.

lumbi

A lumbi uehementer incalescunt, debilitanturq. ut nō temere uideatur praecepisse Rufus Ephesius, ne quis ulceribus renum laborans, etiam si morbus inclinare coepisset, staret. Statio in umbra semper aliquibus ex praedictis differentijs adnectitur, ut sit multa, uel pauca, uel a cibo, uel ante cibum, & proinde qualicumque adnexa reperietur, illius effectus continuo exprimet, modo umbrae ratione aliquid secus non accedat. hoc autem dico, quia saepenumero umbra uel est locorum conclusorum frigidorum, atque humidorum: uel noxiarum arborum, uel alterius perniciosae rei, quas omnes corpus maculare, & sanitatem destruere nemo negabit. Ceterum de stātibus sub sole in hunc modum determinandum esse, iudico, quod scilicet stare sub sole in aestate summopere calefacit. immo sententia est Aristotelis, cum stamus in sole magis deuri, quam dum mo- lib. de affe. ren.

B uemur, etsi per se motus ipse quoque calefacere ualeat, quod alias fusius explicauimus. Si igitur ita est, rationi cōsentaneum efficitur, iuuamentum insigne ualde frigefactis corporibus inde accedere, ueluti hydropicis, cacecticis, pro quibus id a Coelio, & omnibus fere medicis laudatur. In ictericis item curandis tali insolatione usum Archigenem reperio. ne interim silentio praetermittantur ea, quae apud Aetium ex Antylli sententia leguntur, insolatione scilicet uarijs modis antiquos usos fuisse, alias cum unctione, alias sine unctione, modo sedendo, modo iacendo, modo stando, interdum ambulando, interdum currendo: de quibus omnibus in hunc modum decretum est, quod si insolatio administretur non purgato prius corpore, maximum capiti nocumentum affert: unde saepenumero mirari mihi contingit, quo genio ductus Plinius 5. sectio. prob. 54. lib. 3. c. 3. Lib. 3. c. 6. 9. de cōpo. med. s.l. c. 1

C maior non modo purgato corpore, uerum etiam post cibum in aestate sub sole maneret, ac deinde in frigida lauaretur: de hac etenim locutos fuisse medicinae auctores arbitror, quando dixerunt, ab illa corpora plusquam par sit incalescere, febres, atque capitis dolores gigni: sin autem antea quam corpora soli exponantur, opportune exinaniantur, aut sine unctione, aut cum unctione fieri potest: si fiat citra unctionem, capiti diuturna frigiditate laboranti succurrit, quod illud durius atque impassibilius reddat, & ob id merito in Epilepsia curanda a Methodicis nonnullis commendatur, modo sit insolatio moderata: sicut item in ea insaniae specie iuuare creditur, quae a frigida intemperie ortum ducit: praeterea occultas difflationes auget, sudores elicit, carnem conseruat, pinguedinem tollit, oedemata omnia, & praesertim hydropica deprimit: neque tamen ipsa noxis suis caret, quando quidem mora Plin. nepos lib. epist. 3. Gal. d causis morb. Coel. lib. 1. ca. 4. & 5.

quaeuis sub sole bilem auget, & consequenter iis, quibus calor D natura mordax est, ualde aduersatur, ut a Galeno scriptum est, spiritumque crassiorem, densioremue efficiens, asthma, & orthopneam exacerbat. Ceterum si absque unctione insolatio adhibeatur, in ceteris eosdem effectus parit, nisi quod corpus exsiccat magis, tamquam pingui illo adusto, & subinde maiori nigredine superficiem totam inficit, necnon carnem instar cauterij cuiusdam densans minus per insensibilem transpirationem excrementa diuaporari facit. qua ratione huiuscemodi insolationem ad minuendam polysarchiam ab Aetio laudatam censeo. Verumtamen duo hic animaduersione digna esse existimo, alterum, quod medicos, ubi sub sole moram probarunt, praetegi pannis capita uoluisse opinor, quoniam, praeter Coelij auctoritatem, & ratio, & experientia demonstrant, capita detecta, si soli exponantur, ualde offendi, E nempe quae supra modum calefacta uapores a toto corporis ambitu ad sese attrahunt, sicque omnem malorum iliadem, & prae ceteris catharros ibi generant: quod minime, ubi capita teguntur, euenire suspicandum est, propterea quod, ut scripsit Aristoteles, induta corpora a sole minus calefiunt, quam nuda, cum ab illius radiis minus feriantur. atque hoc totum a Galeno significatum credo, ubi dixit, eos, qui nudi sub sole manent, uniuersum corpus calefacere; qui uero induti, caput solum: nam demonstratum est a nobis libro tertio, Maiores nostros numquam fere caput tegere solitos: ne miremur Galenum, dum indutos scripsit sub sole, capite tantum ualde incalescere dixit. Alterum animaduersione dignum est, quod, sicuti sedentes, & stantes sub sole uehementius incalescere, siue potius deuri experientia constat, quam ambulantes, F & currentes: pariter & ceteras praedictas affectiones, tam bonas quam malas facilius recipiunt. Atque haec uniuersa a nobis dicta de stantibus planis, ac totis pedibus intelligantur. stare namque calcibus innixos non modo laborem, ac molestiam inducit, uerum etiam nullum iuuamentum effatu dignum praestare creditur: quẽadmodum similiter eos, qui summis digitis stare conantur, praeter fatigationem illico succedentem partes illas callis molestissimis afficere compertum est, & praesertim quando quis eo frequẽter utatur. hi siquidem illud unum commodum nonnumquam recipere uidentur, ut longius multis aliis prospectare ualeant, cuius gratia ab antiquis speculator, siue σκωψ pingebatur facie hominis stantis supra digitos, summamque manum ad umbellae formam supercilicijs admouentis, ut Aeschylus in Theoris meminit.

6. epid. cõ. 1. aph. 10. 2. de tu. ua. cap. 12.

Lib. 1. ser. 3. cap. 32.

2. partic. prob. 9. lib. de causis morb.

De

A *De pugnarum effectibus.* *Cap. II.*


Vgnarum, quae maioribus nostris ad ualetudinem inser
uierunt, quaeq. etiam temporibus nostris inseruiendi si-
militer facultatem obtinēt, aliae fiunt cum armis fictis,
neque incidentibus, uel pungentibus aduersus homi-
nem, aliae aduersus columnam aut palum, aliae aduersus umbram.
atque omnes uel fieri possunt a pugnantibus corpore, nequaquam
armatis, aliae ab armatis. Armorum pugnam aduersus hominem
uel columnam inter magnas exercitationes reposuit Galenus, quē
imitatus Auerroes inter Arabas non infimus dixit, certamen cum 6.epid cō.
ensibus factum esse ex uelocibus, atque fortibus exercitijs. quae om 1.aphor.6.
nia de illis, qui non armati certant accipienda puto, quando arma- 6.coll. c.2.
B tum certare inter exercitationes simul, atque opera manifeste repo-
suit Galenus, qui similiter certare aduersus umbram (σκιαμαχεῖν 2.ð tu.ual.
dicunt Graeci, celerem citra robur exercitationem esse iudicauit, c.8. 10. &
ut Auicenna quoque, & Paullus post ipsum censere uisi sunt. Cum lib.1.fen 3.
itaque res ita sese habeat, pugna non armatorum tam aduersus ho- doc.2.c.2.
mines, quam aduersus columnam administrata in primis magnope
re calefacit, excrementa educit, sudores ciet, exuberantem carnem
supprimit: & proinde a Coelio in curanda polysarchia adhibetur, Lib.1.chr.
deinceps brachia, atque humeros confirmat, crura & pedes mirum cap.ult.
in modum exercet, ceterum capita debilia, & uertigini obnoxia nō
parum labefactat. renibus item laborantes huiuscemodi exercita-
tionem fugere praecepit Galenus. σκιαμαχία porro, siue aduersus 6.epid.
umbram certatio corpora tenuat, carnes, & succos detrahit, quod com.1.
C celeribus exercitationibus conuenire supra mōstrauimus, proprie aph.5.
autem secundum Galenum brachiorum, atque manuum exercita- 2.ð tu ua.
tio exsistit: praeterea ualet, si Antyllo credimus, ad sedandam affe- cap.10.
ctionem lassitudinis sensum referentem, ad humores firmandos, 6.collec.
ad neruorum imbecillitatem, & tremorem corrigendum. est etiam cap.29.
utilis uitijs quae thoracem infestare solent, confert renibus, & colo
intestino, materiam ad inferiores partes deducit, & praesertim in
iis qui pedibus imitantur pugiles, quique non solum manibus cum
umbra depugnant, uerum etiam cruribus interdum tamquam sa-
lientes, interdum uero tamquam calcibus caedētes. Ad eadem om-
nia similiter ualet pugna aduersus palum effecta, quae tantummo-
do in hoc ab umbratili differt, quod palum percutere brachijs ma-
iorem uim infert, quam aerem ferire. Non est tamen ignorandum,
pugnam aduersus hominem pugnantem initam, magis exercere,

& uim maiorem corporibus inferre, quam ista: quoniam, ut ab Alexandro perbelle significatum est, athleta, si obnitatur antagonistae, fortitudinem eius auget; sin cedat, neque reluctetur, robur eiusdẽ resoluit. At qui ea pugna, quae corporibus pugnantium armatis exercetur, inter uehementes exercitationes collocanda est, quae cũ robusta, & ualida corpora efficere debeant, iure merito Nicias apud Platonem in eo dialogo, qui Laches inscribitur, dixit, quod τὸ ἐν ὅπλοις μάχεσθαι, siue armatum pugnare corpora robustiora, si quod aliud exercitationis genus, reddit, neq. ullo alio minorem laborem parit. De hac quoque exercitatione ab Antyllo proditum reperitur, corpus ab ipso ad motum aptius, & ad carnem suscipiendam reddi, uerumtamen propriam, atque maximam eius pollicitationem exsistere, ut corporis firmitatem, & longam respirationem gignat, cum illi, qui sese pugnis similibus dedunt, omnem al am spiritus expulsionem ferre posint: facit autem huiuscemodi pugna carnem laxam, & mollem, necnon capiti admodum noxia est, praesertim quando galea plus aequo obtegitur, cuius pondere pressum non parum laborat. illud hic non ignorari uolo: ὁπλομαχίαν, siue armatae pugnae exercitationem, ne quis decipiatur eandem esse existimans cum armata luctatione, ὁπλοιτοπάλη ab Æschylo uocata, quandoquidem haec tamquam luctae species armis in manibus nullo modo utebatur, sed dumtaxat certantes totis corporibus armabantur, sicque armati inuicem luctabantur, cuius luctationis arbitror uolutationem illam armatam, siue celerem agitationem, quam Galenus in numero uehementium exercitationum reposuit, speciem quandam exstitisse. An uero de hac armata pugnae specie intellexerit Coelius Aurelianus, quando in curanda polysarchia postquam plurima alia exercitationum genera comprobata dixit. » Tum hoplomachia, hoc est armorum ficta confrixio: apud me dubium nullum, ut ex superioribus patet, relinquitur: quoniam, & si nomen Graecum hanc ipsam significare uideatur, nihilominus, & nominis ab ipso illata explicatio, & usus demonstratus manifestum argumentum faciunt de pugna illa sermonem facere, quae nudato ab armis corpore exercetur, quaeq. ad diminuendam carnem a nobis laudata fuit, cum hãc postremam carnem, sed mollem & laxam potius augere Antyllus iudicauerit. De gladiatoria pugna non uidetur hic locus exposcere, ut sermo ullus habeatur, propterea ꝙ cum armis incidentibus, ac pungentibus antiquitus ageretur, uel in letalia uulnera, uel in alterius pugnatoris, aut etiam utriusque necem, plerumque terminabatur. Vnde neminem non uidere ar-

1. Libro. Prob. 120.

loco citato

2. de tu. ua. cap. 10.

D E F

bitror,

A bitror, quantum absit, ut similis concertatio ullam profligandis morbis, tuendaeue sanitati opem afferre ualeat: ea enim est, quae hodie apud multas Christianorum nationes sub Duelli nomine nõ sine magna ciuitatum aliquando clade exercetur, quãque & antiquis & nostris temporibus ab uno hominum inimicissimo Sathana repertam ad perdendas animas fuisse semper credidi. quod namq. non monomachiam antiquorum, ut falso probare conati sunt, qui hucusque duellum tractarunt, sed potius gladiatoriam duellum huiusce temporis referat, praeter multa in quarto libro a nobis declarata, hoc item attestari uidetur, scilicet iisdem armis, atque eodem prope fine duellatores concertare, quibus olim gladiatores pugnabant: illud unum intercedit discrimen, quod illi tum gloriae cuiusdam inanis gratia, tum praemiorum spe, sed fere semper ui
B quadam, utpote uel ad supplicium condemnati, uel in id empti, atque edocti ad certamen ducebantur: isti uero sponte, & nullis cogentibus, nisi solius honoris uana quadam & falsa defensione prolectante aguntur: ut hac ratione minus excusatione digni habeantur, cum sponte in propriam ruant perniciem. Vtinam resipiscant tandem homines, uideantque id quod Barbari fere nulli agunt, tanto minus Christianos decere: sic profecto & multae urbes, quae ob hoc intestinis, & saeuissimis dissensionibus exagitantur, ad meliorem statum reuocarentur, & multorum animabus corporibusq. melius consuleretur. At ne longius a proposito nostra diuagetur oratio, haec sufficient, si illud addidero, quod Celsus, Scribonius, Plinius, Aretaeus, atque alij plurimi referunt, ab Antiquis scilicet creditum fuisse, gladiatoris iugulati sanguinem epotum iu-
C uare epilepticos. quam rem potius ad prodendam ipsorum ferinam superstitionem, quam ut ullam fidem adhibendam censeam, significare uolui.

lib.3.c.23. lib de cõp. cap.18. lib.28.c.1.

De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus. Cap. III.

MVLTA apud antiquos exstiterunt exercitationum genera, quae quoniam non ita frequenter usurpabantur, ab auctoribus celebrata non inueniuntur: inter haec autem primo sese offert τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, uel manibus summis concertare, quod, siue luctae species aliqua foret, ut nonnulli crediderunt, siue separata quaedam exercitatio, ut Galenus censuisse uidetur, ubi post luctam alias quasdam exercitationes ad- 2.de tu.ua. cap.8.

numerans acrochirismum nominat, facitque manifeste a lucta di- D
2.ď tu.val. cap. 10. uersum, constat ipsam apud Galenum, Aetium, Paulum, & Aui-
Lib.3. c.3. cennam inter ueloces sine robore exercitationes locum obtinuisse,
lib. . .c.17. & proinde calefaciendi, corpora tenuandi, carnes, succosque detra-
Li.1 fen.3. doc. 1.c.2. hendi facultatem possidere, ut apposite insinuare uisus est Hippo-
2.ď diaeta. crates, apud quem legitur acrochirismum attenuare, & carnes sur-
lib. citato cap. 11. sum trahere, proprie uero manus, atque brachia secundum Gale-
Lib 4 c.4. num in ipsa exercitantur. ex quo fit, ut illis conueniat, quibus has
loco citato partes corroborare in animo est, sicut iis ualde nocet, quorum chi-
ragra, uel alius morbus, & manus, & brachia infestare solet. de hoc
locutũ esse Celsum quis credere potest, ubi in iis qui ab arida tussi
exagitātur, exercitationes manibus peractas probat. Porro ἐκπλε-
θρίζειν, idest ecplethristare, a Galeno inter exercitationes citra ro-
Loco citato. bur, & uiolentiam celeres recensetur. Auicenna autem illud ex for- E
tioribus esse dicit, nisi uelimus ipsum in comparatione ad debilia
loqui, quemadmodum ex uerbis eius uidetur: alioqui & ueritati
ipsi, & Galeno, a quo ista omnia accepit, manifeste repugnantia
scripsisset. Est igitur talis exercitatio in primis ad ea omnia utilis,
quibus celeres conferunt: sed peculiariter crura, & pedes exercet:
thoracem quoque non parum fatigat, cui, dum aliquo pacto male
uexatur, ualde obesse reor, haud secus atque capitibus male affectis
uehementer nocere credo, utpote quae ex iugibus illis reuersio-
nibus, quasique circuitionibus facillime tum uertiginosas, tum apo
pleticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quoque exerci-
tationum censu est, & πιτυλίζειν siue pytilissare, aut pytilisma,
in Miscel. ut placuit Politiano. quod quamquam a Galeno, atque Auicenna
cap.38. inter ueloces citra uiolentiam adnumeretur, mea tamen sententia F
haud prorsus uehementia aliqua caret, cum status ille supra pedum
extremitates, necnon uelox manuum modo antrorsum, modo re-
trorsum agitatio haud quaquam sine musculorum intentione, &
proinde sine ui, aut robore quodam peragi posit. Vnde in huiusce
modi exercitatione obeunda uehementer incalescere corpora af-
firmare non dubito. Ad haec motus iste brachia insigniter exercet,
sed eos, qui capite sunt imbecilli, magnopere labefactat: pedes etiã
podagris suscipiendis obnoxios reddit. ego uero peculiarem illius
usum exstitisse autumo, quando post longam brachiorum ualetudi
nem torporemue, ea motibus undequaq. faciendis assuefacere, nec
2.ď tu. ual. non a torpore liberare in animo habebãt. Sunt praeterea a Galeno
cap 9. nonnulla alia exercitationum genera adnumerata, & ab Auicenna
loco citato comprobata, quae, ꝙ aliqua ex parte ualetudini & corporis habitui

conferant,

A conferant, omnino praetermittere nolui: nam si quis alteri iubeat, ut se uiolenter detrahat, inflectatque, dum ipse non manibus modo, uerum etiam cruribus, spinaque constans, inflexusque resistat, quo genere Milonem ipsum sese exercitasse ferunt, dum conuellere se, mouereque de loco uolenti permitteret, utique uehementer exercebitur, incalescet non parum, roburque membris non leue ingenerabit: de simili enim exercitatione locutum opinor Coelium Aurelianum, quando pro polysarchia minuenda uoluit ita affectos alienis laboribus hoc est colluctantium, uel exercentium, quam Graeci haterocopiam, uel trachelismum uocant, exerceri, uerumtamen illis maxime uerenda est talis exercitatio, qui uel pectore, uel dorso, uel capite non admodum ualent. Pari etiam pacto Lib. 5. cap. vlt.
B si quis (ut Milo factitabat) conuellere se, mouereque de loco uolenti permittat, crura maxime corroborare poterit, quemadmodum manus maximopere exercebit, eisq. fortitudinem acquiret, si pugnum alicui aperiendum, uel malum punicum, aut tale quippiā manibus complexus auferendum praebeat: quod tamen arthritidi, aut chiragrae obnoxiis minime congruet. Robur autem partium tum exercet, tum firmat, siquis alterum complexus medium, aut etiam ipse medio comprehensus, manibus, digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectitur absoluere se iubeat, aut ipse se a cōplectente soluat: nisi quod in hoc periculum imminet, ne uiscera labefactentur ex nixibus illis, qui adhibentur, dum dissolutio quaeritur. Ita etiam si quis alterum, qui uersus ipsum se inclinet a latere aggressus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod sublatum in-
C uicem protendat, reducatq. ac magis si dum gestat, ipse nixu, renixuque corporis utatur: sic namque spinam uniuersam corroborabit, lumbos tamen, atque renes debiles habentibus nocebit. Aeque uero qui pectoribus ex aduerso innixi magno se conatu inuicem retrudunt, & qui a ceruicibus pendentes deorsum trahunt, uehementer quidem exercentur, & per consequens robur corpori uniuerso comparant: at periculum subeunt, ne thoracis uasa aliqua rumpantur ipsis, neue aut caput, aut collum male afficiant. Haec itaque omnia tametsi apud ueteres inter ceteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti usu fuerunt, & praesertim nobilibus, ac illis qui nō sine suauitate quadam sanitati operam dabant. hac item tempestate non desunt, qui ipsis utātur, quos, modo ratio adhibeatur, penitus auertere nolo.

D

De spiritus cohibitionis facultatibus. Cap. IV.



Etentionem spiritus speciem quandam exercitationis esse, cum abunde in libro tertio demonstrauerimus, id amplius repetere non est opus: illud dumtaxat adiungam, non facile reperiri, in qua nam differentia locata fuerit, nisi quod animaduertentes nos in huiuscemodi exercitatione musculos abdominis, atque thoracis ualenter intendi, & subinde in partibus interioribus calorem augeri, ut Aristoteles, & Galenus memoriae prodiderunt, eam non fieri sine uehementia iudicare possumus: & propter hoc iure ab Hippocrate dictum fuit, spiritus detentionem meatus disparare, cutem attenuare, necnon humiditatem sub cutem extrudere posse. A Galeno similiter, & ab Auicenna scriptum est, retentionem spiritus membra spiritualia calefacere, corroborare, & emundare, necnon angustas cauitates ampliores reddere. Quod etenim spiritus cohibitus expurgare thoracem ualeat, clare constat: quippe qui in ipsa retentione undique compulsus in angustos se recipere meatus cogitur, eosque, si amplius trusus, propulsusque fuerit, etiam penitus transire, atque extenuati iam agitatione excrementi nonnihil secum arripere, eo prope modo, quo intuemur opifices angusta instrumentorum foramina uehementiore spiritus inflatu expurgare: quandoquidem is quanto ulterius per uim coactus impellitur, tãtum ab ipso quaedam impelluntur, quaedã trahuntur, nam trudũtur quae ante occurrũt, attrahũtur quae ad latus sunt posita, impetu ipso motus utraq. coacta. Quod uero ex retento spiritu cauitates euadant latiores, hinc probatur, quoniam si thorax in medio corpore locatur, sane illo magna aliqua inspiratione aere impleto, & deinceps supremo laryngis osculo ligulae opera clauso, necnon musculis toto thorace presso, necessum est aerem compressum undiq. meatibus corporis uniuersis inseri, sicque intrusum eos undequaq dilatare, modo inferiores dum illuc impellitur, modo superiores. sic ergo per spiritus retentionem cauitates corporis amplificantur, pectoris partes emundantur, ipsaeque, atque etiam aliae interiores calorem concipiunt; cuius merito frigidae affectiones, & praesertim inflationes remouentur. ut non temere Plato sub persona Erysimachi medici, necnon Aristoteles memoriae prodiderint, spiritum cohibitum a singultu liberare. quorum placita secutus Galenus ab eodem non solum singultum, uerum etiam tussim a frigida instrumentorum

Margin notes: Cap. 6. — 2. partic. Prob. — 2. d diaeta. — 3. d tu. val. cap. 2. — in lib. artis med. c. 87. — Li 1. fen 3. doc. 2 c. 2. — in symp. — 2. partic. Prob. — li. de med. fac. par. & libro 2. de symp. cau.

E

F

A torum reſpirationis intemperie contractam exſtingui teſtatum re-
liquit: quod aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione anguſtos
quoslibet meatus ſpiritus compreſſus penetret, cunctaque ſic adae-
quentur, & ad temperiem priſtinam redeant. Hinc fit ut ferme in
hanc ſententiam uenire debeamus, talem exercitationem omni-
bus illis conuenire, qui ſpiritualia membra frigefacta, debilia, aut
excrementis aliter obſeſſa gerunt, quiq. expulſiones quaſcumq. cor
poris aut tardas, aut uitiatas habent. quemadmodum oſcitationes
& pandiculationes calido flatus diſsipante huiuſmodi ſpiritus re-
tentionem ſoluere clarum eſt. ut merito dixerit Hippocrates 2.
& 6. Epid. longam reſpirationem crebrarum oſcitationum eſſe re-
medium. In reſolutione linguae exerceri ſpiritu retento probauit
Celſus, ſicut & Aetius in omni uocalis inſtrumēti reſolutione: uim
B namque expultricem excitari, atque confirmari in ſpiritus cohibi-
tione, argumento ſunt multi, & praecipue pueri, qui ſiue ploran-
do, ſiue ridendo, ſiue alio pacto ſpirationem contineant, aut in ipſo
actionis tempore, aut paullo poſt, modo ſtercora, modo urinas, mo-
do muccos, & a naribus & ab auribus expellunt: ſimiliter obſtetri-
ces iſtud teſtantur, quae ad partus expulſionem faciliorem, & cele-
riorem reddendam parturientes ſpiritum continere praecipiunt.
in quo tamen ipſas ſaepe errare ſcribit Aetius, quando ex nimia hu te trab. 4. ſer. 3. c. 10.
iuſcemodi ſpiritus cohibitione aneuriſmata, ſiue arteriarum incu- 11. partic.
rabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in prob. 48.
oculis, ut Auenroar teſtatus eſt. Dicebat Ariſtoteles ſpiritu retento Prob 20.
melius audire nos, quoniam reſpiratio ſtrepitum quendam mo-
uet, quo cum careant retinentes illam, melius uoces percipiunt:
C quamuis Caſsius Medicus aliter ſentire uideatur. Exſtat item Plinij
auctoritas, quod euerſos ſcandentesq. ac iacentes, ſi quid ingruat,
contraque ictus, ſpiritum cohibere ſingularis praeſidij eſt. Si igitur
a ſpiritus retentione tot commoda oriri conſtat, prudenter ſane
Coelius Aurelianus ipſam aſthmaticis, ſtomachicis, atque colicis Lib. 27. c. 6.
curandis egregiam opem praeſtare ſcriptum reliquit. Neque tamē Li. chro. 3. cap. 1 & 2.
huic tantum tribuere debemus, quin etiam ipſam aliqua ex parte lib. 4 c. 7.
obeſſe credamus, quandoquidem Aſclepiades caput opplere teſta-
tus eſt, cuius ſententia a Galeno certe exploſa fuit. Ego uero illam
prorſus non eſſe repellendam puto, quoniam manifeſto conſpici-
mus, dum ſpiritus retinetur, uenas, atque arterias colli intumeſce-
re, oculos amplificari, genas ac uniuerſum uultum contrahere ma-
iorem ruborem, tandemque caput totum compati: quae omnia il-
lius repletionis clara indicia eſſe, nemo dubitat. Ex quo fit, ut

 Dioclem

Dioclem tota uia aberasse pro certo teneam, dum spiritum reten- D
tum in epilepsia curanda praesidium afferre dixit: sicut Coelium
lib. 1. c. 4. laudo, qui in eiusdem affectus curatione spiritus retentionem ui-
tari debere uoluit, cum certum periculum immineat, ne tunc
sanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbetur. In san-
Coel. lib. 2. cap. 13. guinis quoque reiectatione talem exercitationem a Methodicis
damnatam inuenio, quibus assentiri cogor: propterea quod tum
a calore in pectoris cauea genito, tum ex uasorum inflatione, di-
stensioneque facillime debilia, & relaxata uasa franguntur, fra-
ctaque iterum reserantur. Amplius qui uel hernias, uel crepa-
turas patiuntur, aut peritonaeum, atque intestina exilia, & fra-
gilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo spiritu exer-
ceri debent, quoniam hae partes in actione ista uehementer con-
tenduntur, & per consequens, nisi robustae sint, citra multum E
laborem diuelluntur, quemadmodum apertissimam fidem pue-
ri facere possunt, qui si interdum nimis quam par sit flendo, aut
aliquo modo spiritum contineant, protinus iis peritonaeum, scro-
tumue disrumpitur, & deinceps intestina delabentia, aut fla-
tus interclusi, uix sanabiles hernias pariunt: quod similiter tu-
bicinibus, & cantoribus, dum nimis spiritum retinere conantur,
saepenumero solet euenire, & praesertim quando illi πόδα ἐρεῖν,
(quod Galenus ait lib. de mot. musc. secundo in fine, ac 6. Epid.
com. 4. tex. 24. & de quo nos in uarijs lect. egimus, ac plura adhuc
dicemus, cum iterum librum eum recognitum, atque auctum pro-
pediem dabimus) siue edictum facere uolunt. Vna seruata ra-
tio ab huiuscemodi periculis tuebitur, si moderate, aut potius
infra mediocritatem similis retentio peragatur, ubi agenda erit: F
alioqui perfici nequaquam poterit, quin praedicta incommoda
sequantur.

De uocis exercitationum facultatibus, & primo de uociferatione & cantu. Cap. V.


Ocis multas, sed unam praecipuam exercitationem effe-
cerunt antiqui medici, quam graeci τὴν ἀναφώνησιν,
Latini uociferationem appellarũt, nos uero pleniorem
totius huius rei notitiam tradere cupientes uocis exerci
tationes in sex species partiemur, quemadmodum magna ex parte
in superioribus egimus, uociferationem scilicet, cantum, lectionẽ,
sermonem, risum, atq. fletum. quorũ omniũ natura perspecta nihil
remanebit,

A remanebit, quod huiusce exercitationis cognitioni addi ualeat. Ergo prima uociferationibus, quaecumque sint illae, adscripta ab Antyllo, Plutarcho, Paullo, Aetio, & Auicenna condicio est, quod thoracem, atque uocalia instrumenta perbelle exercet. dicebat Auerroes pulmonem proprie a uocis exercitio respici. subinde naturalē calorem auget, purgat, firmat, atque attenuat, solidas corporis partes, robustas, puras, & offensae minime obnoxias reddit. addebat Auicenna hanc exercitationem colorem decorare; quod enim calor augumentum suscipiat, inde oritur; quia spiritus assiduo motu, tam attractus, quam exsufflatus colliditur, atteriturque; sicq. ex ea collisione, & attritione calor excitatur; purgat uero huiuscemodi exercitatio: tum quia carnes rariores, magisq. tractabiles efficit: tum quia ex motu uocalium instrumentorum humiditates inter-

Oribasius lib. 6. c. 8.
lib. de tuē. san.
lib. 1. c. 29.
lib. 3. c. 5.
lib. 1. f. 3. d. 2. cap. 2.
6 colle. cap. 2.

B nae consumuntur, quod euidētissime declarat densus uapor ex ore uociferantiū prodiens, & superfluitates uetustiorū humorū unicuique meatui adhaerentium, quae excernuntur non solum in praedictis uociferationibus, sed etiam alijs pluribus modis. Iam uero firmatur calor, & attenuatur; quoniam uasa absterguntur, multi humores, ut sputa, muci, & pituitae consumuntur, quae sicut antea calorem obscurabant, debilitabant, & incrassabant, ita educta eundem puriorem, ualidioremq. relinquunt, & hinc postea solidis partibus maius robur, maiorq. impassibilitas succrescit. Si itaq. haec ita se habent, rationi consentaneum est, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiq. uniuersum corporis habitum frigefactum habent, uociferationem generosum praesidium exsistere. quēadmodum istis praedictis rationibus eam ab Antyllo, Coelio Au-

C reliano, & Aetio commendatam scimus stomachicis, uomentibus, acidum ructantibus, aegre concoquentibus, cibos fastidientibus, atrophia laborantibus, languidis, cachecticis, hydropicis, asthmaticis, orthopnoicis, phtisicis, diuturno pectoris aut septi dolore uexatis, apostemata in thorace rupta habentibus, mulieribus praegnantibus pica obsessis, aut secundum Alexandrum etiam parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pituitosis, conualescentibus fere omnibus. Sic Galenus viij. de med. local. cap. iiij. stomacho laborantibus, unctiones exercitia & uociferationes per expertum artificem adhibitas commendat. est Aretaei medici antiqui, & praestantissimi sententia, quod in elephanticis, *ἀναφώνησις τοῦ πνεύματος γυμνάσιον τὸ καίριόν ἐστι*, necnon etiam in caeliacis. Voci quoque ob superfluam humiditatem raucae factae, necnon instrumentis uoci deseruientibus resolutis, atque etiā

Alexan. 2. prob. 87.

malo

malo corporis habitui, qui a Graecis καχεξία dicitur, eandem con- D
ducere credidit Aetius: quin, si uox uel ex morbo, uel suapte natu-
ra male affecta sit, tali exercitatione secundum Antylli sententiam
emendatur. Quoniam uero uox laborat, partim propter nimiam,
& longam loquellam, partim propter clamoris magnitudinem, par
tim propter silentium quasi suarum actionum oblita, ideo fit ut in
hisce omnibus, quae dicta sunt, uociferationis usus sit utilis, cum
longam loquellam dissoluat, & noxae, quae ex clamoris magnitudi
ne contracta est, placida, & quieta imminutione medeatur, acumi
ni uero occurrat, grauiores sonos inspergendo ceterum qui ex si-
lentio oritur, quamuis non propriae uocis sit labor, tamen cum uo
cis labore proportionem quandam gerit. quo circa ad eum quoq;
uociferatio est utilis, quae uocem exerceat, quemadmodum si uo-
calia instrumenta defessa sint, totumq. corpus suum tenorem non E
seruet, aut lassitudine obsideatur: uocis namq. exercitationem a
2. đ diaeta. cena factam dicebat Hippocrates, post carnis a laboribus colliqua-
tionem commodam esse, quoniam humiditatis euacuationem fa-
Cap. 7. ciens rarefacit carnem. Sed cuncta hactenus a me enarrata, de uoci-
feratione mediocri, ac arte, quam libro tertio explicauimus, facta
intelligantur, quae capitis affectionibus non est idonea, utpote ne
scio quid facultatis possidens ad replendum caput, necnon instru-
Lib. 1. chr. menta sensuum in capite contentorum. Hinc est, quod Coelius Au
cap. 4. relianus eam pro epilepticis in declinatione probans prudenter ad
2. de cur. chro. c. 6. didit (si ferre ualeat aeger) Nam ea uociferatio, quae uehementius
In li. de p̄ceptionib. peragitur & interdum ἀναύδησις, ab Aretaeo φωνασκίη uocatur,
li. đ instr. uno prope uerbo dicta est ab Hippocrate affligere, siue λυπέειν,
odor. haec praeter quam quod caput plenum, & magis graue reddit, ut F
7. de cōp. testantur Aretaeus & Galenus, mirum etiam in modum ex eius
me. s. l. c. 1. sententia uocem oblaedit, necnon uenas rumpi facit. ut hac ratio-
4. de locis affe. ne Coelius exclamationem tamquam partes patientes uehemen-
lib. 5. epis. ter concutientem pro corporibus epilepticis improbarit, Pliniusq.
nepos iure conquestus sit, quod Zosimus eius libertus, dum uoci
reparandae studeret, rursum uena reclusa sanguinem reddiderit.
eandem tamen Aretaeus stomachicis curandis, & Aetius singultui
comprimendo usurparunt. Illud itaque hoc in loco non est igno-
randum, quod omnes fere auctores animaduerterunt, uociferatio-
nibus neque temere, neque inconsulto utendum fore, ac praeser-
tim ijs, qui huic exercitationi non assueti incipiunt. neque enim ijs
uti quisquam debet prauorum, corruptorumque humorum copia
praesente: quin etiam uox non est exercenda, si magnis, & euiden
tibus

A tibus cruditatibus stomachus uexetur, ne ex actione inspirationis, & exspirationis, quae firmior, & citatior facta sit, dum uox in magnitudinē, & multitudinem accreuit, uapores corrupti largius per corpus distribuantur. Praeterea monebat Aretaeus, uocem leniter exerceri, & grauibus uocibus utentem sonum edere, quod acutae uoces capitis distentiones, temporum palpitationes, cerebri pulsationes oculorum inflationes, auriumq. tinnitus efficiunt; mediocriter autem uox edita capiti prodest: cauendum est quoque ab eius usu post cibum, quoniam uox ualde corrumpitur. unde dicebat Aristoteles, histriones, choros, & huiusce generis ieiuno ore uocis exercitationem adire: alioqui spiritus tum cibo ingesto, tum clamore feruidus effectus inter exeundum asperam arteriam exulcerat, sicq. uox corrumpitur. Denique fugiendum est, ex Plu
B tarchi consilio, ne quis conscius sibi uel repletionis, uel immoderatae libidinis, uel defatigationis acrius intendendo, exasperet uocem; neue nimis commotas uociferationes, & iurgiosos clamores exerceat; siquidem inaequales illae spiritus intentiones, & impetus rupturas, & conuulsiones inducere solent. Post uociferationem succedit cantus, ab illa in hoc differens, quod harmonia quadam consistit, neque adeo contenta uoce peragitur: ob quod etiam praeter cetera uoluptatem afferre potest, qua uociferatio destituitur. Nam scriptum est ab Alexandro, onera portantes, si cantent, minus molestiam sentire, quoniam animus modulis, ac numerorum suauitate demulctus ab onere auertitur, atque ita minus angitur. quae similiter ratio efficit, ut lugentibus, atque alio modo laborantibus (quod Aristoteles quoque confes-
C sus est) tibias & sonum adhiberent Antiquiores, & quod ad eos, qui uel morte suorum anguntur, & maerent, uel morbo sollicitantur, homines congregari, uarioq. uti sermone solitum sit: quandoquidem animus, cum se ad uerba transferat, minus rem sentit aduersam. Quod intelligentes ueteres, uaria scenarum oblectamina sibi excogitarunt, ut animum solatijs modo his, modo illis exceptum ab angore seiungerent. De cantu siue uociferatione cum harmonia adhibita scripserunt Antyllus, Aetius, atque Paullus, ualetudini eam nullum iuuamentum praestare. At in morbis ipsam aliquando usurpatam inuenio: nam Coelius Aurelianus uocis exercitium musico monitore compositum insanientibus in declinatione conducere scripsit. refert insuper Aulus Gellius, se apud Theophrastum, ac Democritum inuenisse uiperarum hominumque morsibus tibiarum modulos, & cantus mederi;

[Marginal notes: 1. car. chr. cap. 2. — partic. problē. 11. prob. 22. — li. d tuē. ua. — libro. 1. probl. 76. — 19. partic. prob. 1. — Loco cita. — li. 1. chro. cap. 5. — li. 4. c. 13.]

deri; & ad haec fuisse creditum a plerisque, & memoriae man- D
datum, ischiadicos, cum maxime doleant, tum si modulis lenibus uel ipsi, uel tibicen (quod factitare solitum Ismeniam Thebanum legimus) incinat, minui dolores, sicut & Philistionis frater in lib. 22. de adiutorijs confessus est: quod remedij genus a Pythagora excogitatum esse, nonnulli tradiderunt; quamuis Soranus, cuius sunt libri illi tres de Acutis a Coelio Aureliano latini facti, Asclepiadem mordens, qui phreniticos curare cantu profitebatur, apposite satis dixerit, eos mentis uanitate iactari, qui modulis, & cantilena passionis robur excludi posse crediderunt. Si igitur cantus ualetudini conseruandae parum confert, grauiorum autem tonorum sonus utilis est, uociferationi potius, quam cantui sanitatis studiosi operam dare debent: quoniam sic plurimus aer attractus thoracem distendit, uentremque & meatus per uni- E
uersum corpus disseminatos aperit, dilatatue, cum in cantu mera quaedam, ac futilis oblectatio solummodo reperiatur, quae corpora robusta potius effeminare, non autem conseruare, aut augere apta est. unde mirari soleo, quare Socrates (ut refert Plutarchus) sese cantu exercere consueuerit, & non in uociferationibus, cum in ipsis, & concitatis lectionibus redundantium humorum excretiones contingant, & his quidem, qui concitatius legunt, magis, & per sudores; qui uero mitius uocem intendunt, per occultam transpirationem. Verumtamen illud Auicennae dictum semper memoria tenere oportet, quod magnam longo tempore efficere uocem est timorosum, quodque ex praedictis uocis exercitationibus saepenumero hernias, aliasue crepaturas oriri contingit, sicuti nostrates sacerdotes, aut canto- F
res certam fidem facere possunt. antiquitus enim qui uocis exercitijs operam dabant, balneis, ut libro primo scripsimus, frequenter utebantur: quorum beneficio peritonaeum, Scrotum, ac testium utriculi humectabantur, sicque emollita magis tuto extendebantur, neque faciliter discindebantur: nostris autem temporibus minime huiusce generis remedijs uti facile conceditur: ut hac ratione modum in uociferando siue cantando maiorem seruare necesse sit.

in lib. de tuen. ua.

loco citat.

Gal. li. 7. d cõp. med. sm loc. c. 1

A *De lectionis, sermonis, risus, & fletus qualitatibus.*
Cap. VI.

LECTIONIS a medicis ad sanitatis usum probatae duas species inuenio, alteram intentam, & concitatiorem; alteram remissiorem. Lectio intenta, quam Cornelius Celsus auctor elegãtissimus claram nuncupare maluit, lib. 1. c. 2.
cum sit agitatio spiritus non leuiter, nec in superficie, (ut Plutarchus scribit) sed uelut in ipso fonte, in ipsis uisceribus ualens, calorem auget, sanguinem subtilem reddit, omnes purgat uenas; omnes aperit arterias, humorem superfluum non sinit crassescere, neque concrescere, neque faecis in morem subsidere; in his conceptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus. ex quo non temere li. de tu. ua.
B a Celso inter ea, quae commode exercentur, primum locum recepit. Quod etiam capiti nequaquam noceat, sed potius conferat, locupletissimi possunt testes esse Coelius Aurelianus, & Seneca: quorum ille in curando capitis dolore, atque etiam insania similem lectionem adhiberi consuluit: hic uero ad refrenandas, quas patiebatur, capitis destillationes ipsam in frequenti usu habuisse scribit. obseruandum est in hoc casu, ne in insania, aut capitis dolore difficilia intellectu legantur; quoniam talia Coelio auctore non minus afficiunt, quam corporis immodicae gestationes. Iuuat insuper clara lectio cum pectoris intimas partes, tum stomachum, cuius etiam uitia, ut scribit Celsus, corrigit, quandoquidẽ per ipsam pituitosa excrementa suauiter attenuantur, absumunturq., & calor natiuus citra ullam uiolentiam excitatur, & augetur. quod cognoscens Pli loco citat. lib.1.chro. cap 1. & lib 11 epist. 97.
C nius maior, dum uoce atque stomacho laboraret, in eorum remedium claram lectionem exercuisse, auctor est illius Nepos. qua pariter ratione Aetius eis qui colicis doloribus a frigido humore genitis sollicitantur consuluit leniter exclament, aut concinne cum uociferatione procedendo legant. Sic ad ptisicos, atque tabescentes ea Methodicos nonnullos usos fuisse legitur. de hac sermonem faciens Auicenna dixit, quod ad legendum suauiter est incipiendũ, deinde uox ordinate exaltanda, postea cum uox fortior facta fuerit, creuerit, & longa fuerit, tempus ipsius erit ponendum temperatum, quoniam tunc magnum affert iuuamentum. Atque haec de intensa ac uehementius facta lectione, quam Celsus etiam in tussi sicca laborantibus non parum utilitatis praestare censet. Ceterum quae lenius, & remissius agitur, ad eadem fere omnia ualet, nisi quod debilius cuncta operatur, & propterea interdum ipsa post Li.9.epist. epist.ad Iu. paenult. Cel.lib.2. cap.ult. loco citat. lib.4.c.4.

ciborum

ciborum sumptionem citra noxam uti possumus, quod Plutarchus D
quoque non improbauit. de hac autem loquens Aristoteles scri-
18. partic. prob. 1. ptum reliquit, ignaros homines, ac melancholicos, dum legere incipiunt, somno corripi, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id uapores crassi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigefacientes somnum inducunt. ex aduerso uiros intelligentia praestãtes minime, dum lectitãt, dormire, eo quia intellectũ firmantibus ipsis calor internus amplificatur, atque inde uigiles potius quam somniculosi euadunt. Post uociferationem, cantum, atque lectionem succedit sermo, siue locutio, quae & ipsa uocis exercitatio est, attamen praedictis omnibus tum uehementia, tum robore cedit, & ideo inter debiles exercitationes recenseri meretur. Nam iis in primis accommodatur, qui praeter modum ad somnum propensi sunt, quique aut prae humore melancholico, aut prae phlegmate sensus tor- E
pentes, quasiq. oppressos habent. tales namque a sermone perpurgantur, eorumue animi ita expergefiunt, ut faciliter mox sensus a corpore liberentur. Pituitam porro a sermone consumi, indicant sputa ex loquentis ore affatim emanantia, quae partim a capite, partim a stomacho, partim a thorace exeuntia, cuncta ista membra sermonis beneficio gaudere demonstrant.
Oribasius lib. 6. c. 7. Iam uero sermo uim quandam obtinet, si Antyllo credamus, ut caput impleat, & grauitatem afferat, cuius rei gratia sciunt medici in doloribus capitis, pluribusue aliis eius affectibus sermonem interdicendum fore. sermo praeterea lippientibus, & quibus sanguis e naribus funditur, aut a pe-
lib. 4. c. 4. 5. Meth. ctore reiectatur, non parum nocet. Qua propter Cornelius Celsus, atque Galen. in sanguinis reiectionibus silentium necessario requiri uoluerunt; similiter linguam exsiccat, sitim inducit. atque F
6. Epid. com. 3. hinc sapienter Hippocrates scriptis mandauit, silere, & os continere sitim exstinguere.
in lib. de loquacitate in fine. quam sentẽtiam explicans eruditissimus Plutarchus non solum sitim a silentio non generari, uerum nec tristitiam, nec dolorem dixit, qui etiam multos, dum sese a loquendo
lib. 27. c. 6. continerent, tussim, ac singultum curasse memoriae prodidit. Triennio (ait Plinius) Maecenatem Messium accepimus silentium sibi imperauisse a conuulsione reddito sanguine. Ad haec uires dissolui a sermone, idq. praecipue in febribus, & magis quoque in ac-
loco citato cessionibus, testatum fecit Oribasius. ut nullum amplius dubium superfit, quin, & iuuandi, & nocendi ualetudini facultatem obtineat sermo: ne dicam quot damna, quotue commoditates, pro ut is adhibetur, saepenumero animis ingerat. quae si persequi uellem, nimis a proposito nostro recederem, quando praesertim, & Plutar-

chi

A chi de loquacitate libellus, & Galeni de curandis ac cognoſcendis animi morbis, haec cognoſcere cupiētibus ſufficere poſſunt. Hactenus de articulatae uocis exercitijs. Praeter haec autem duae ſunt exercitationes, quae tametſi uocis minime propriae uideantur, & ab auctoribus ut plurimum praetermiſſae ſint, attamen ipſae quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent: atque eae ſunt riſus, & fletus. Nam riſus, dum oris dilatatione, praecordiorumue titillatione interiora, & praeſertim faciem exagitat, quin illas partes inſigniter calefaciat, haudquaquam inſitiari poſſumus: eo magis quod rubor in ridentium uultibus efflorefcens caliditatis acutae apertiſsimum argumentum exſiſtit. & iccirco crediderunt nonnulli, Homerum uocaſſe riſum γέλωτα ἄσβεςον, ſicuti grammatici γέλως ab ἕλη, quae uox caliditatem ſignificat deduci
B tradiderunt. Proderit igitur in primis ridere illis, quibus frigidae ſunt & capitis, & thoracis partes, melancholicis, & a frigida cerebri intemperie deſipientibus, attonitisque, & qui ob moerorem ac triſtitiam in febres, aut alios affectus delapſi ſunt. de riſu uerba feciſſe Coelium Aurelianum exiſtimo, quando in atrophiae curatione animi laxationem, διάχυσιν uocatam, poſt cibum cōmendauit; & quando ſimiliter in capitis dolore adhibendam praecepit eandem, ne a mentis intentione caput impleatur. In his etenim uniuerſis, cum frigida intemperies dominetur, merito auxilium praeſtat riſus, nimirum qui multum aerem in pectore moueat, & ſpiritum calidiorem emittat, ut ſcriptum eſt ab Ariſtotele, qui hac de cauſſa ridentes grauiorem uocem edere quam flentes iudicauit. hoc autem tanto magis ſperandum erit, ſi riſu ſeſe exercere uolen-
C tes alas ſibi ipſis titillari facient; propterea quod magnus in illis partibus uenularum, atque arteriarum concurſus exſtat, quae titillatae concaleſiunt, & ſpiritum ſubinde ex calefactione genitum per uniuerſum corpus diffundunt. Neque uero latere quemquam debet, ualidum riſum, ſicuti dixit Plato, magnam mutationem parere, nempe de quo celebratur apud Graecos hic ſenarius.

11. partic. prob. 13. & 15. & 35. part. prob. 8.

Γέλως ἄκαιρος ἐν βροτοῖς δεινὸν κακόν, ideſt

1. de repu.

Riſus intempeſtiuus inter mortales graue malum. Siquidem talis, praeter immoderatam ſpirituū effuſionem, praeter nimiam agitationem, calefactionemue, non raro, ſecundum Ariſtotelis, & Alexandri ſententiam, uehementem reſolutionem inducit: quoniam uitalis uis, & inſitus calor immodice foras prodit, ac inde fit, ut ſic ridentes ſudent, ac rubeant ſanguinis aduentu: calorem etenim natiuum, ignemque ipſum, ſicuti per loci appetitionem ſurſum

loco citato lib. 1. prob. 19.

ſurſum

sum efferri, sic per alimenti desiderium ima patere necesse est: igitur utralibet mouendi ratione perempta calor insitus interit, & uis omnis uitalis euanescit. ut non absque ratione Homerus finxerit Procos risu emori, D

Odyss. 5.

Ἀτὰρ μνηστῆρες ἀγαυοὶ
Χεῖρας ἀνασχόμενοι γέλῳ ἔκθανον, idest,
tum Proci illustres
Manus extollentes risu emoriebantur:

li. 2. de paedia Cyri.

Necnon Aglaitidas apud Xenophontē dixerit, risum huiuscemodi mouentes, neque corporibus, neque animis prodesse. Porro caput, ac thoracem peculiariter ab huiusce generis risu offendi nemo negauerit, quemadmodum interdum laxata maxillarum ossa, dorsumque oblaesum animaduertimus. Fletum tametsi Aristoteles in pueris laudauerit, quasi eorum corpora flendo contracta, & contensa robustiora euadant, Ciceroq. scriptum reliquerit, athletas, cum exercebantur, ingemiscere consueuisse, ut se intenderent ad firmitatem; exiguum tamen usum in tuenda bona ualetudine habere certo scimus: pueri namq. fortasse a ploratu minus offenduntur, quoniam ei a primo ortu insuescunt, quippe qui statim ac ex utero parentis in lucem uenerunt, plorare incipiant: cuius caussam Soranus ephesius explicauit esse; tum quia tenuis spiritus a luce concutitur: tum quia insuetam terram attingant, quando mulieres in nauibus parientes mutum edunt. quam sententiam secutus Alexander medicus addidit, illos minime audiendos esse, qui animum dicant, quod amisso caelesti domicilio corpus inhabitare terrenum occoepit, iccirco infantem cogere dolere, atque plorare. Ceterum adultiores quem nam ex fletu capere fructum queant, nusquam uideo. quod enim is corpora frigidiora intenta, ac debilia reddat, praeter Aristotelem ob praedicta flentes acutiorem uocem reddere narrantem, Galenus quoque attestari uidetur, ubi pueros, dum plorant, interrupto spiritu ob uires defatigatas respirare sentit. qui item a fletu nonnumquam febres accendi perspicue testatus est. quātum subinde oculis ipsis detrimentum afferat, inde conijcere faciliter possumus, quod lacrymis ab humoribus oculorum (si Cassio medico credimus) defluentibus eos consumi necessarium est. ut summa cum ratione eloquentissimus auctor Cornelius Celsus continuos fletus oculos imminuere scriptum reliquerit: ne sileam quantum damnum uox recipiat, dum fauces, ac uocalia instrumenta inter flendum madefacta, exasperataue, eam raucam efficiunt, tussesque, ac noxios catharros latenter concipiunt. nam & apud

2. Tuscul. E

in Isagog. cap. 17.

lib. 1. prob. 61.

F

loco citato

5. Aph. 54.

1. de tu. sa. cap. 8.

In prob.

lib. 6. cap. de cur. ocu.

Coelium

A Coelium Aurelianum legitur, ploratum post cibum ualde stomachum labefactare. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut exiguũ emolumentum a fletu corporibus accedere, & iccirco simile uocis exercitationem dumtaxat animorum passiones, ut uoluit Possidonius, exsaturare posse, quando nonnulli affectibus pleni, quoties uolunt, plorare queunt, alij passionibus uacui etiã si uelint nequeunt. Atque tot de uocis exercitationibus dicta sufficiant. Gale. 4. de pla Hip. & Pl. ca. ult.

De Cricilasiae, Trochi, & Pilamallei qualitatibus. Cap. VII.



RICILASIAE exercitatio tametsi apud nullas nationes (quod ego sciam) in usu habeatur, quaeq. eius apud ueteres forma & modus fuerint, plene nondum mihi compertum sit, nihilominus facultates eius ab Oribasio de- 6. collect. cap. 26.
B scriptas praetermittere nolo, ut si forte alter, uel ipsissimam Cricilasiam, uel aliam similem exercere nouerit, eius uires minus ignoret. Oribasius loco citato Illam itaq; inter magnas exercitationes locum habuisse, memoriae proditum est ab Antyllo, qui etiam dixit, Cricilasiam intenta corpora mollire, & quae loco stabiliri non possunt, tum reuolutionibus, tum etiam figurarum corporis uarietate sic parare, ut facile flectantur, & stabiliantur; neruosq. imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quae de uia deflexit, & atra bile agitatur, ad statum suum reuocare. Neque item trochus antiquorum quis fuerit, satis mihi constat, nisi uel eundem, trochum nostrum uocatum, uel paullo dissimilem illi fore dicamus. Hunc proculdubio inter exercitationes tardas, atq. remissas collocandum esse omnes affirmant, cumq. uirgis illis pilas in circum ferreum impellentibus agatur, necnon modo stando, modo ambulando exerceatur, ualetudinarijs, atque ijs, qui prae uirium imbecillitate, aut aliquo alio impedimento detenti, maiores exercitationes obire nequeunt, in primis conuenire uidetur; secundo loco senibus, atque ceteris, qui maioribus laboribus incalescunt nimis, tum etiam aestate potius aptabitur; peculiariter uisus in ipso exercetur, brachia, & crura; quae omnia in simili motu suauiter, ac citra omnẽ uiolentiã laborantia, quin robur acquirant, negari minime potest; sicuti in multis experientia quotidie comprobatur eum aluum citare, humoresq. ad infimas partes detrudere, & succis uentriculi, ac totius corporis concoquendis suffragari. Verum enim uero qui capite uertiginibus obnoxio sunt, quiq. podagris, aut ulceribus tumoribusq. crurum sollicitari consueuerunt, ab hac exercitatione abstinere de-

bent; quoniam in alteris spiritus capitis commoti facillime affectiones illas excitant; in alteris humores ad infima delabentes eos morbos ouent, ac incredibiliter augent. Inde est, quod Aretaeus in curatione, epilepsiae solam eius uertiginis inspectionem, quam facit instrumentum illud, quod βέμβικα dicunt, & de quo supra sumus locuti, epilepsiam inducere monuit. Hoc fortasse exercitationis genus intellexit Auicenna, quando dixit; Et ludere cum uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna, aut parua lignea, nisi quod illud inter fortes exercitationes reponens, & pilam magnam nominans a nostro differre demonstrat, nempe quod sit debile, solisque paruis sphaerulis agatur. Habemus & aliud motus corporis genus, quod pilis ligneis exercetur humi dupliciter, uel pilas in circum ferreum humi defixum manibus impellendo, uel cubo ligneo eas approximando, quod quidem genus dorsum ob inclinationes continuas exercet; attamen caput offendit, atq. renes in quorum ulceribus ἐξαπιναίως ἐπικύψεις uitari mandauit Rufus medicus, neq. admodum pro ualetudine probatur. legitur enim apud Galen. exercitationes inclinato capite, dorsoue peractas nequaquam illis conuenire, q. occasione qualibet leui uertigine, epilepsia, ophthalmia, auriũ dolore, gutturis, aut alterius, capitis, & colli inflammationibus occupantur. Praedictis omnibus tum notior, tum frequentior est pilamallei uocati exercitatio, qua ueteres gymnastas caruisse nemo non fatetur; sed quanto magis temporibus nostris penes cunctas nationes ipsa inoleuit, tanto magis necessarium uidetur illius facultates declarare. Nã quod ex magnis sit exercitationibus, ac uehementibus facile est & a labore, qui sustinetur in ipso, & ab eius natura conijcere; a labore, quoniã sudor, defatigatio, rubor faciei, spirationis magnitudo ut plurimum in sic sese exercentibus oboriũtur; ex natura uero eius, quia cũ, & deambulatio fere continua, ac reflexa, & brachiorum iactatio, dorsiue totius obnixio quaedã adhibeantur, indubitatã fidẽ faciunt, nequaquam absq. uiolẽtia, aut magnitudine huiuscemodi exercitationem consistere. & iccirco probabile fit, ipsam calorem natiuũ augere, excrementa euacuare, somnos profundos generare, & concoquendis cibis, atq. crudis humoribus conferre. At caput ab eadem repleri certũ est, quando Galen. hoc uitium magnis exercitationibus adscribendum esse iudicauit. Quantũ porro ad particulares effectus pertinet, in hanc sentẽtiam uenio, pilamallei exercitationem praecipue brachia, atq. dorsum exercere, secundo crura: & propterea illis omnibus congruere, qui mẽbra ista confirmare student, quiq. multitudinẽ ciborũ perbelle

confi-

libro. 1. fen. 3. do. 2 cap. 2.

lib. de of- fe. ren. 5. de tu. ua. cap. 3.

In conf. de pu. epil.

A conficere, ſuccos utiles p uniuerſum corpus diſtribuere, & ſuperflui tates, tam per ſudorem, quam per ſecretam difflationem exinanire intendunt. Ceterum nemo, uel mediocriter rei medicae peritus, ignorat, ualetudinarijs, ac debilibus, quorum uires leui de cauſſa de ſtruuntur, exercitationem iſtam minime accommodari: tanto minus illis, quibus capita male affecta ſunt, aut aliquo pacto imbecillia. nam, & qui dorſo non admodum ualent, quiq. renes calidos, urinasq. acres habent, ex talibus motibus ſummopere offenduntur, ſicuti quoq. nocet exercitatio haec, ubi partes inferiores inflammationem, aut alium tumorem pati ſolent. Summatim poſſunt, qui ſanitate fruuntur, ad eam tuendam, optimumq. habitum generandũ pilamalleo ſeſe exercere: qui uero aliquo pacto ab aegritudine occupantur, omnino abſtinere debent. illudq. ſemper memoria tene
B re operaepretium eſt, quae de exercitationibus bona a nobis promittuntur, uera reperiri, modo ea ratio temporis, loci, quantitatis, modi, atque corporum ſeruetur, quam in 4. lib. neceſſariam eſſe monſtrauimus. alioqui ſi negligatur, mirum non ſit, loco bonorũ inemendabilia mala ſuccedere: quemadmodum ſaepenumero in propoſita exercitatione euenire certo ſcio, quae cum fere poſt prandium a plurimis agatur, nullo ſalubritatis loci, ac temporis habito delectu, nõ ſua culpa, ſed exercentium incuria pernicioſas affectiones, ac prauos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut diligentiam, a Maioribus noſtris in exercendis corporibus obſeruatã, quantum conceditur, imitantes, melius ualetudini, atq. membrorum robori conſulant, neq. committant, ut proprijs erroribus, & ſanitatem ſimul deperdant, & honorem, dicẽte Galeno noſtro, ma 5. d̃ tu. ua.
C gnum dedecus illis eſſe, qui a natura ſanam corporis conſtitutionẽ ſortiti eam ob exercitationum, ac recte uiuendi negligentiam corrumpunt, atq. morboſam reddunt. Et quoniam hoc in capite duo diximus, alterum quod pilamalleus exercet dorſum, alterum, quod illis euitandum eſt, quibus dorſum eſt imbecillum, ſciendum erit, Galenum uoluiſſe, in ſenibus debiles partes numquam exerceri, in alijs ſemper debere. rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuiſſe exiſtimo; quoniam debilitas ſenum emendari non poteſt, cum ex uirtutis motricis defectu proficiſcatur, aliorum uero reparabilis eſt. unde, quando nos aliquas partes imbecillas minime exercendas cõſulimus, ſemper de imbecillitate confirmata, ac inemendabili, non autem de recenti, atq. de curabili, dicta noſtra intelligi uolumus: ne a Galeni placitis, quem omnes medici ſequi tenentur, in hac ſententia recedere uideamur. 5. de tu. ua. cap. 3.

De equitationis facultatibus. Cap. IIX. D

2. de tu. ua. cap. 8. 6. epid. cō. 1 aph. 6.



EQuitationem, quā Galenus aliquando inter ea, quae exercitationes simul, & opera nuncupat, adnumerauit, ex eiusdem sententia magnam exercitationem esse, aperte constat. Quo circa, quantum sit ex se, poterit natiuū calorem augere, & excrementorū inanitioni opitulari. Est autem nō parua differentia, an equus (sic appello equum, mulum, & aliud quod uis portandis hominibus accommodatum animal) lente, celeriterue gradiatur; an succusset; an asturco sit, ac tolutarius, an currat.

Oribasius li. 6. c. 24. Aet. lib. 3. cap. 7. in li. de aere aq. & lo. cap. 11. 4. sectio. prob. 12.

De placida, & lenta equitatione scriptum inuenitur ab Antyllo, atq. Aetio, si placide equus gradiatur, nihil magis, quam lassitudinem, & praesertim inguinibus afferre. de hac inquā uerba faciens E Hippocrates memoriae prodidit, continuā equitationē lassitudinē magnam parere, hominesq. infoecūdos & coeundi impotentes reddere, nec non dolores diuturnos, & claudicationes generare. neq. iccirco sententia Hipp. dānanda uidetur, quod Aristoteles contrario plane sensu scriptū reliquerit, equitantes assidue libidinosiores euadere; quoniā genitalia continua attrectatione, motioneq. incalescentia spiritū concipiunt, sicq. coeūdi cupiditas inducitur: siquidē Hipp. de placida, & nimis frequenti loquitur, ut pote quae leni motu non ita calefaciat, & pendentes coxas, atq. pedes oblaedat: Aristoteles uero de ea, quae equo celeriter gradiēte, & interdū succussante, sed non admodū frequenter exercetur, uerba facit.

locis cita.

Haec etenim equitando facta exercitatio, ut Antyllus, & Aetius crediderunt, totū corpus laboriose concutit, & magis adhuc omnibus alijs F exercitationib. Vnde ab Alexādro Tralliano in dolore capitis, quē caussa frigida gignit, adhibetur, sicut in epilepsia, in surditate, praesertim uero stomachū firmat.

lib. 27. c. 7

ut non immerito scriptū sit a Plinio, equitationē stomacho, & coxis utilissimā reputatā fuisse. qua itē ratione in singultu curādo ab Aetio usurpatur;

Lib. 9. c. 3. Aet. li. 11. cap. 30. loco citato

sensuū instrumēta subinde purgat, eaq. reddit acutiora, hydropicos (ut sentit Trallianus) si quid aliud, maxime iuuat, solutā aluū & fluentē, dicente Celso, coercet, crura quoq. tenuia crassefacit, quod Germanici exēplo testatur Suetonius. Ceterū thoraci maxime aduersatur, necnō uesicae male affectae, in cuius ulceribus curandis ante cetera huiuscemodi exercitationē uitari placuit Archigeni illi, praestantissimo Hadriani Imp. Archiatro: coxis etiā obesse scripsit Hippocrates, quāquā in hac re uarias auctorū posteriorū exstare sentētias reperio. Themison Methodicorū princeps in coxēdicū dolore, ἰσχιάδος noīe a graecis appellato,

A pellato equitare imperabat aegrotantes, quo magis ob uehementiam motus partium faceret uexationem: post ipsum idem confirmauit Theodorus Priscianus, &, quē modo citaui, Plinius. Ex altera parte iam diximus, Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumq. dolorum parentem reputasse, quem secutus Coelius Aurelianus Themisonis placita insectatus est, tamquam ueram ischiadicorum curationem destruentia. Ego, cum animaduerto in hac exercitatione uehemēter coxas incalescere, ac ex motu debilitari, ita sentio, humores defluentes faciliter ibi decumbere, atq. inde dolorificas affectiones excitare, tanto magis affectus iam excitatos, quasiq. inueteratos acerbiores & indissolubiliores effici reor: quibus item rationibus equitationem a Celso podagricis iure damnatam fuisse puto. Equitatio peracta succussante equo praedictis duabus B proculdubio deterior est, nimirum quae uniuersum corpus moleste quasset, & dolores excitet, augeatque. Sicut in Niptris ille sapientisimus Graeciae saucius intelligebat, ubi diceret. Coel. lib. 5. cap. 1. li. 2. ad Timo. c. 21. Libro. 4. cap. ult.

Pedetentim ite, & sedato nisu ne succussu
arripiat maior dolor. Cic. 2. Tu.

Quod item Lucilius poeta antiquus innuit, dum equum succussantem taetrum nuncupauit hoc uersu.

Succussatoris taetri, tardiq. caballi. Nonius Marc.

Ad haec succussationem uehementer caput offendere, collum & dorsum, & nates, experiuntur illi, qui aliquando in hunc modum equitare coguntur. Deniq. si ulla est equitatio, quae uiscera praecipue (id enim fatetur Galenus) agitare apta sit, proculdubio nunc propofita talis est, a qua non solum interiora omnia concuti, C uerum etiam suspendi, quasiq. arripi uidentur. illud unum habere iuuamen potest, ut cibis, atque crudis humoribus concoquendis, aluoq. ciendae, ac urinae proliciendae, necnon a renum (quod Auicennae placuit) loco lapillis atq. arenulis ad inferiora deducendis adiuuare queat. Sed, quoniā maioribus damnis commoda haec cōpensantur, omnes ab exercitatione simili abstineant consulo. In asturconibus equitatio (eam sic appello, quam uulgari nomine portantum, aut trainam uocant Itali, & de qua ita Martia. 2. d tu. ua. cap. 11. li. 3. fen 19 ua. 1. c. ult.

Hic breuis ad numerum rapidos qui colligit ungues
Venit ab auriferis gentibus astur equus) Lib. 14.

quemadmodum magis corpus, & membra gradarij equi uectione exercet, ita minorem molestiam parit, siquidem mollis illa alterno crurū explicatu glomeratio minimum fatigat, peculiariterq. aluum citare usu probatur. De equitatione currentibus equis facta licet

apud Arist. legatur, ita equitantes, quod magis caueant, minus cadere, tamen eam improbare uidetur Galenus hac ratione; quia saepe contingit equitantes in terram decidere, & nonnumquam ex casu emori: sed praeter hanc multae exstant caussae aliae, ob quas a sanitatis studiosis huiusmodi equitatio omni diligentia euitari debet. nam corpus (ut scribit Hippoc.) nimium calefacit, exsiccat, atq. extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem a Coelio Aureliano probata, caput male afficit, sensus hebetat, oculos non parum offendit: quandoquidem Arist. caussam indagans, cur, qui equo uehuntur, quo longius equus decurrerit, eo magis emittere lacrymas solent, significat ideo illud euenire, uel quoniam motus calefaciens ualde humores oculorum cliquat, & lacrymas inde ciet, uel quia sicuti uenti aduersi oculos perturbant, sic aer occursans tanto magis ferire potest, quanto equus uelocius agitatur. laedit praeterea haec equitatio tā thoracem, & pulmonem, quam uiscera uniuersa. Quod etiam renes maximo detrimento afficiantur, fidem facere possunt multi, quorum alij urinae ardore, alij lapillis, alij ulceribus modo renum, modo uesicae, modo peritonaei usq. adeo ob hanc exercitationem sollicitati fuerunt, ut fere ijs affectionibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot ossium fracturae, quot membrorum distorsiones saepenumero inde nascantur, dum brachia, dorsum, coxae, & crura supra modum laborant. Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis itinera sua obire delectat, quot, ijsq. grauissimis periculis, nedum ualetudinē, uerum etiam salutem ipsam subijciant, quomodoque non ingenuorum, aut sanitatem curantium ac uitam, sed potius perditorum hominum, athletarum, nihilq. uitam, qua nobis carius, aut optatius nil reperitur, aestimantium opus exerceant. Hactenus de equitationis speciebus, quarum nullam aegrotantibus admodum conferre scripserunt Antyllus, atque Aetius; quasque nec ijs, qui medicinam sumpserunt, ullo pacto congruere memoriae tradidit Soranus Ephesius, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur, uel earum inflammatione laborant, conuenire censuit Galen. Sunt qui in equo sedentes gestari delectentur, quae exercitatio parum male ualentibus usui esse mea sententia potest. nam, ut mollissime ueharis, tamen lassitudo inguinum, lumborumque & dura suspensio explicatioque percipitur, quando subpedaneis corpus sustentare, perarduum est, ne dicam impossibile. accedit & mala, ac dolorifica illa concussio, si quo modo incitatius feraris. Valentibus magis conferre eadem potest, corpus, animum, & stoma-

chum

[Margin notes: in libr. de paruae pilae ludo. — 2. de diaeta. lib. 5. c. ul. — Sect. prob. 13. — locis citat. In Isagog. cap. 13. 6. Epid. com. 3. aph. 2.]

[Margin letters: D, E, F]

A chum firmando; sensus expurgando, acuendoque: sed pectus, atque pedes debilitat.

De gestationum in uniuersum uiribus. *Cap. IX.*

ANTEQVAM gestationum sermonē aggrediamur, illud prius adnotādū lectoribus uolumus, nos minime ignorare, multos equitationem inter gestationis species reposuisse, inter quos fuit Aetius Amidenus; sed nequaquam horum opinionem sequi uoluisse; tum quia Cornelius Cel. antiquus simul, & celebris auctor, ubi gestationis species adnumerauit, ne uerbum quidem de equitatione facere uoluit, quasi alienam a gestatione iudicauerit, id quod multos alios opinatos fuisse B conijcitur ex Antyllo; tum quia expresse Gal. gestationem, & equitationem diuersas esse declarauit in 2. de tu. ual. ubi alias exercitationes a nobis fieri tradidit: alias ab extrinseco, ut gestationes: alias mixtas esse, qualis equitatio est; tum quia, si gestatio, ut definiunt omnes auctores, mixta est ex motu, & quiete, pluribus corporis partibus non moueri apparentibus, uniuerso autem corpore a latione moto, haec condicio ab equitatione longe abest, in qua scilicet manifestissime omnes fere corporis partes moueri conspiciuntur. sed ista parum referunt, quando etiam Antyllus, atq. Aetius separatim de equitatione ipsa uerba fecerunt. Hanc inquam gestationem ab equitatione separatam, necnon a graecis αἰώραν uocatam, multas quidem habuisse species, in superioribus declarauimus: at quae omnibus uniuersali gestationis nomine comprehen- C sis facultates attribuuntur, prius explicabuntur, demum particulares effectus singulis adscriptos persequemur. sed prius id ignorari nolo, saepenumero apud auctores reperiri gestationes, & exercitationes simul nominatas, quasi utraeq. inter se differant, quorū sententiae de exercitationibus proprijs, quae uehementiores motus gestationibus exsistunt, non autem de communiter acceptis interpretandae semper erunt. Est igitur gestatio secundum Antylli, Aetij, atq. Auic. sententiam, inter placidissimas, atque debiles exercitationes, & propterea non solū sanis, & ualetudinarijs, uerum etiam longis, ac inclinatis morbis, & deniq. ijs, quibus lentae morborum reliquiae remanent, nec aliter eliduntur, accōmodatae sunt. In acutorū nonnullis ut ab Aretaeo in Letargicis, nephriticis probantur. quinimmo tradit Celsus Asclepiadē etiam in recenti, uehementiq. febre, praecipueq. ardente ad discutiendam eam gestationis usum

lib. 3 ca. 6.
lib. 2. c. 15.
locis citat.
loco citato

comprobasse. quod profecto periculose efficitur, meliusq. quiete D eiusmodi impetus sustinetur. In sanis etenim, ac ualetudinarijs gestatio, cum nec lassitudinem corporibus ingeneret, immo ea fere magnis exercitationibus similiter moueat, potest calorem naturalem augere, materiae multitudinē discutere, habitum corporis firmare, actiones stupidas excitare, segnitiem dissoluere, corporis turbationem sedare, ijs, quos uigiliae exercent, somnum conciliare, & contra etiā ueternosis, ac dissolutis reditum ad se, uigiliasq. parare. nam somnum conciliat, excrementa, quae a capite ad stomachum delabuntur, per halitū digerendo, quae nimirum partes sunt uigiliarum praecipuae caussae: sed uigilias postea inducit corporis tenorem ad se reuocando, & corroborando, &, quamquam Seneca epist. LVI. uideatur gestationem facere magis laboriosam, quam ambulationem; eius tamen oratio interpretanda est de eo solo, qui ualetu E dine offensus ab omnibus fere turbatur. In quibus morbis de gestatione periculum facere placebit, sic experiundum esse consuluit

loco citat. Celsus, si lingua non erit aspera, si nullus tumor, nulla durities, nullus dolor uisceribus, aut capiti, aut praecordijs suberit, & ex toto numquam gestari corpus dolens uoluit, siue id in toto, siue in parte est, nisi tamen solis neruis dolentibus; neque umquam in recenti febre, sed in remissione eius. Nihilominus, citra multas obseruationes, ab auctoribus probatas esse in uarijs affectionibus gestationes reperitur. Coelius Aurel. in libris, quos de morbis diuturnis inscripsit, eas in incubone (quo morbo plurimos Romae quasi ex cōtagione quadam aliquando perijsse, refert Silimachus Hippo. sectator) commendauit, similiter & in uocis amputatione, in haemoptoicis, in quibus eandem damnauit Asclepiades, in asthmate, in stoma F chicis, in elephantiasi, in colicis, in arthritide. Theodorus Priscianus quoque, & ante ipsum Aretaeus gestationes adhibendas uoluit in melancholia, in atrophia, in spleneticis, necnon in stomachi doloribus. Iisdem exercitationibus in illis, qui ualde exsiccati sunt,

7. Meth. atque refectione opus habent, Galenum usum, aliquando legitur. Quin & ipsemet Celsus pro sacro igne curando gestationem laudauit. ut non semper condiciones ab ipso demonstratas obseruatu necessarias fore hisce auctoritatibus conuincere ualeamus. Non est ta

lib. 1. cur. chron. c. 7. men ignorandum, magnopere referre, quonam in loco quis gestationibus utatur. quod Aretaeus coeliacorum exercitationes demonstrans eam ceteris praetulit, quae inter lauros, myrtos, atq. thymum efficitur.

De

A De gestationum in uehiculo, lectica, atque sella particularibus uiribus. Cap. X.



Xplicatis ijs quae ab auctoribus de gestationum facultatibus in uniuersum tradita fuerunt, iam ad particulares descendere opportunũ est, si prius illud in memoriã reuocauerimus, scriptores.s. medicinae, qñ sine additione gestationis usum in sanis, atq. ualetudinarijs nominant, de qualibet eius specie intelligere: qm̃ nulla fere inuenitur, quae ipsis utiliter accõmodari nõ posit; quando uero in aegrotis loquuntur, interdũ oẽs, sed in remisionibus morborũ, interdũ placidiores significare. Vehiculorũ multa fuere apud maiores nostros genera, quorũ luxuria usq. adeo interdũ Romae creuit, ut, referente Plinio, aurea ac ar li. 34. c. 27
B gentea facere nõ sint ueriti. sed hoc praeter institutũ nostrũ est. Nã, quae pro sanis, aut aegris in usũ habita sunt a medicis uehicula, alia ab animalibus, mulis.s. aut equis agebantur, alia ab hominibus, & utraq. uel tardiuscule, uel celeriter. Gestationẽ uehiculo factã quis ceteris acriorẽ esse dixerit Celsus, nihilominus, secundũ Galeni sententiã, inter debiles exercitationes recenseri meretur. quo fit, ut sanis, nisi aliter exerceri impediatur, minime omniũ cõueniat. Valetudinarijs, atq. senibus magis, queadmodũ Antiochũ sese exercuisse, & Caeciliũ Pliniũ accepimus: maxime uero aegrotãtibus, de quibus sermonẽ faciens Antyllus dixit, gestationẽ in uehiculo factam uim quandã amoliendi, cõmouendiq. morbos stabiles, & permanẽtes habere. Qua propter Seneca epist. LVI. ad bilẽ faucibus infixã discutiendã, & ad spiritus densitatẽ extenuandã sibi mirifice profuisse lib. 2. c. 15. 2. d tu. ua. cap. 11. 5. d tu. ua.
C scribit, qui, ꝙ anhelandi difficultate, siue suspirio, ut ipse uocat, nõ raro usq. ad exspirationis periculũ exerceretur, huiuscemodi exercitatione aduersus morbũ utebatur. Haec inquam exercitatio duplex ab Aetio traditur, altera mitior, altera uehementior. de mitiori scriptum reliquit, ea in capitis affectionibus, & his, quibus intestina fluxione laborant, utendũ esse. unde sapienter Coelius Aurel. iudicauit, capitis dolore uexatos per longã uiam gestari debere, ne frequenti uersione aegrotanti uertigo induceretur, uelut etiam nõ sine ratione in furore, atq. paralysi curandis uehiculi manibus acti gestationem adhibendam esse uoluit, quamquam eandem postea in epilepsiae curatione improbauerit, ꝙ motus rotarũ uertiginem, caliginemq. faciat aegrotanti, quae pasionis imaginem ferat. licet. n. Galenus, Trallianus, & Aetius in uertiginosis, epilepticis, graui ophthalmia, aut aurium dolore, surditateue captis, necnon in hemi lib. 3. c. 6. lib. 1. c. 1.

5. đ tu. ua. cap. 3. cranicis similem exercitationem prorsus auersari non uideantur: D
attamen Aetius sic affectos leniter moueri, & auersos ab itinere re-
trorsum desidere in curru mandauit: multos subiungens se nouisse
loco citato hoc modo curatos, qui nullo alio auxilio indiguerunt. Aetium de-
inde secutus Auicenna addidit, huiuscemodi uectationem retro-
uersa facie peractam uisus debilitati, eiusq. obfuscationi magnũ iu-
uamentũ conferre. Hanc mitiorẽ in aluo fluente cõmendauit Cel-
sus: quam ualetudinarijs quoq., & senibus Ausonium Gallum poe
tam, & Ausonij medici a Marcello citati filium probasse puto, quan
do is, amico cuidam seni, & a morbo resurgenti scribens, monet Ci
sio, & Veredo, quae erant uehiculorum genera, tarde uehatur, rhe
das, petorita, & equorum ueloces motus fugiat, his uersibus.

Pelle soporiferi senium, nubemq. ueterni,
Atque alacri mediam carpe uigore uiam, E
Sed Cisium, aut pigrum cautus conscende Veredum,
Non tibi sit rhedae, non amor acris equi.
Canterij moneo male nota petorita uites,
Nec celeres mulas ipse metiscus agas.

Porro uehiculi gestationem uehementiorem tamquam calefacien
te, attenuanteq. ui praeditam in supprimenda carnis multitudine
li. 4. c. ult. loco citato a Coelio commẽdatam inuenio: quam item ab ipso pro atrophiae
curatione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & stomachi, in tu-
moribus laxis, in hydropicis, ac stupore attonito perculsis ueluti op
timum praesidium usurpatam fuisse, constat. In lectica gestatio
facta ut praedicta aliquanto remisior atq. blandior exsistit, sic
quoque plures usus apud medicos in exercendis aegris habuisse le-
gitur. quod enim in sanis quandoq. eam adhibitam reperiamus, id F
factum credo: non ut simili exercitatione ulla ualetudini accede-
ret utilitas, sed potius, quia a senectute, siue alia caussa (ueluti Ale-
Curtius xãder ob cruris uulnus in militari expeditione lectica usus traditur)
cogebãtur, uel ut a puluere, sole, uẽtorũ flatibus, pluuia, grandine,
ac hiemis rigoribus defenderentur. quo circa, nisi aliqua ex praedi-
ctis caussis homines sani urgeãtur, ut a lectica abstineant, consulo:
quoniã, praeter agitationẽ illam, quae plurimorum capita uexare
consueuit, generat & in corporibus quendam torporem, dum om-
nia fere membra a motu feriantur, ut mox difficile reddatur, ea ma
ioribus, ac utilioribus exercitationibus assuefacere. Verumenimue
ro hac particulari cõmoditate nõ mihi uidetur priuanda lecticae ge
statio, q sani uiri ea possunt uti post cibos, nõ ad exercẽda corpora,
sed ad obeunda negotia necessaria, citra motus dãnum, aut solatij,

&

A & exhilarandi animi gratia: quemadmodũ factitasse Augustũ, quã-
do a caena se in lecticulam lucubratoriã recipiebat, auctor est Sue-
tonius. Quantum autem ad exercitanda languentium corpora spe-
ctat, duplex fuit illius apud medicos gymnastas usus, aut gestatis se-
dentibus, aut decumbentibus. Decumbentes in lectica gestãtur, ut
Antyllus, Aetius, & Auicenna memoriae mandarunt, qui lethargi- locis citat.
ca febri, aut semitertiana, aut quotidiana, ac phlegmatica uexãtur,
hydropici, secũdũ Tralliani sententiam, apopletici, resoluti, nephri lib.9.c.3.
tici, ac podagrici. siquidem haec commotio per lecticam habita (ut
ait Arabum medicorum princeps) materiam expulsioni aptã efficit.
prodest subinde talis gestatio iis, qui diuturna imbecillitate laborãt,
qui elleborũ sumpserunt: itemq. uigilantib. aut segnitie, & pigritia
quadam oppresis, necnon iis, quibus caninũ in modum appetitus
B intentus est, nimirum cum intentio illa sedetur. Ceterũ sedentes ij
lectica, s͠m Aetium, portari debent, qui in integra febrium declina
tione consistunt. eadẽ ratione, & illi, qui alias exercitationes obire
nequeũt, qui diuturno aliquo, & leui morbo impliciti sunt, qui, cũ
adhuc imbecilles sint, uires reficere cupiunt, qu/tarde alimentũ cõ-
ficiunt. Ex quo prudenter satis Cornelius Cel. ubi phtisici nauigare
nequeunt, lectica eorũ corpora dimouenda consuluit: quemadmo-
dum Alexander Trallianus, si quid aliud huiuscemodi gestationes
& naui, & lectica factas, hydropicos iuuare scripsit. In sella, quã sca-
mnum uocare maluit eloquẽtissimus Celsus, gestatio facta, tametsi lib.2.c.15.
apud auctores saepenumero cũ lectica cõfusa, atq. eadem inuenia-
tur, nihilominus in duobus ab illa diuersam exstitisse puto: primo,
quia lectica duorũ hominũ capax erat, sicuti innuit Suetonius, ubi
C Neronem cũ matre in lectica quandoq. uehi solitũ scribit. quod mi
nime de sella (ni fallor) legitur. secundo, quia lectica interdũ sex ser
uis, interdũ octo, interdum plurib. gestabatur. sellã autẽ tamq̃ bre-
uiorem, & unius dũtaxat capacem a paucioribus. gestatam, uerisimile
uidetur. Neq. n. ullam inter se maiorem differẽtiã temporib. nostris
sella cooperta, & lectica obtinuerũt, q̃ ꝙ altera à duob. seruis ut plu-
rimum gestatur, uniusq. dũtaxat capax est, altera a iumẽtis portatur,
& duos continere ualet. In sella sani gestabãtur, deliciarũ potius, &
maiestatis ostentandae, q̃ ualetudinis gratia: q̃q̃ Plinium ea Romae
uectum, ut etiam inter eundum studijs uacaret, ipsius Nepos tradit. lib. epist.5.
Celsus hanc sellarem, & simul lecticarem gestationem nauigatione
in portu, uel fluminibus acta uehementiorem facit. Porro fiebat hu
iuscemodi gestatio, tum in sella cooperta, tum in aperta, tum seden
do, tum iacendo. Aegrotantes sine febre in sella detecta potius, quã
tecta

Lib.2.chr. cap.ult. Oribasius loco citato

tecta gestari debere, censuit Antyllus. In alia utiliter portantur ia- D centes febricitantes, atq. ex iis lethargici potius, & quos cataphora urget. ꝙ si aliqui simplici permanenti, & diuturna febre iactentur, modo uires ferant, gestari plurimum debent, ut Coelius phtisicis cõsuluit, quandoquidẽ gestatio, minus mouens corpora, quandoq. febrem magis excitat. Ergo in febricitantibus, qui ad integritatẽ perueniunt, uel quorum longa admodũ remisio est, uel qui febribus tenentur longis, etiam si non magna interualla habeant, conuenit haec gestatio. quam similiter in multis alijs affectibus, nempe in dolore capitis, in epilepsia, si ferri queat, in mania, in paralysi a Coelio Aurel. commendari, ex eius de chronicis passionibus inscriptis libris clare habetur. ut etiam nos tuto, ubi res postulat, similibus gestationibus aegrotantes exercere ualeamus, dum tamen maturo morbo, atque iam inclinante illud agatur: alioqui, si, adhuc saeuien E te, aut incipiente affectione, gestatio administretur, accidentia acerbiora, & periculosiora consequuntur: quoniam motus, ut dissipare utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias potest, sic calorem augere, spiritusq. & humores nõdũ quietos, & repurgatos exagitare natus est. ex quo summum studium adhibendũ est, ne crescentib. crudisue morbis, praesertim calidis gestatio, aut alia quaeuis exercitatio administretur, sed in maturis solummodo, frigidis, atq. illis, qui manifeste inclinare animaduertuntur.

De lecti pensilis, cunarum, ac nauis gestationum facultatibus. Cap. XI.



QVI primus lectulos pẽsiles excogitauit Asclepiades, dua- F bus rationibus (ut refert Plinius) illud effecisse uisus est; tum ut blãdo eorum iactatu somnos alliceret: tum etiã, ut morbos extenuaret. quibus rationibus adducti posteriores in curandis aegris eorum usum frequentiorem reddiderunt; ꝗꝗ grauis auctor Cornelius Cel. exercitationem hanc tãtummodo administrandam aliquando iudicauit, ubi neq. nauis, neq. lecticae, neq. sellae copia datur: licet postea in apoplexia cum aeger resurgit, ipsum lecti motu concutiendũ praecepisse inueniatur. Verumenim uero Antyllus, Aetius, atq. Coelius, etiã si nil aliud deficiat, ꝑ multis affectionib. debellandis, lectis pensilibus infirmos exerceri uoluerunt, quinimmo (quod paucis cõceditur) hanc gestationem tã ante cibum, ꝗ a cibo prodesse dixit Antyllus. nã primo febricitantes, aut diuturno morbo decũbẽtes, in quo corpora cõsumpta sese erigere

Loco citato.

A non ita ualent, aut Elleborum sumētes a tali gestatione utilitatem recipere iudicatū est: deinde in his, qui uires a febrili affectione recolligere incipiunt, necnon in lethargicis, & in appetētia ciborum deiecta eandem prodesse experimentis inuentum fuit. neq. defuerūt qui ipsam in furiosis, ac phtisicis laudauerint. Quemadmodū, & Aetius, & Priscianus Theodorus phreniticis adhibendā censuerūt, quo blanda illa agitatione spirituum perturbatio leniretur, & somnus alliceretur. Ex genere pensilis lecti scympodium quoq. esse, monstrauimus: & iccirco ubi a Coelio, atq. alijs gestationes in pensili lecto probatas uiderimus, idem & de hac intelligere poterimus. Lectulo pensili non dissimilem aliam lecto factā gestationis speciē inuenio, quā primus (quod ego sciam) inter medicos Celsus monstrauit, ubi deficientibus ceteris gestationi dicatis instrumentis uo- Aetius lib. 3. cap. 6. loco citato lib. 2. ad Timo. c. 2. lib. 3. c. 12.

B luit uni pedi lecti funiculum esse subiiciendum, atq. ita lectum huc, & illuc manu impellendū. id quod etiā Amidaenum Aetium significare uoluisse arbitror, quando scripsit, duas esse lecti gestationes, aut pensilis, aut fulcra mobilia iuxta angulares pedes habentis. Hoc equidē illud exercitationis genus existimo, quod ab Auicenna sub cunarū reuolutione descriptum fuit, atq. idem nomē usq. ad tēpora nostra retinuit: etsi enim ab ipso inter debiles exercitationes recenseatur, demulcendisq. pueris potius ex Galeni sententia, non sanis aut infirmis exercitandis aptum uideatur: nihilominus iis cōuenire creditur, quos febres debilitarunt, sicut etiā illi, qui nec dū se mouere, neq. sedere ualēt, quiq. ab hellebori potione ualde prostrati fuerunt, aut secundum Celsum alicuius mēbri resolutionem patiūtur. quin, si talis gestatio suauiter administretur, praeter somni iucundi loco citato lib. 1 fen 3. doct. 2. c 2. 1. de tuen. ual.

C tatē q̃ affert, flatus quoq. dissoluit, reliquijs morborū capitis, ueluti stupori, & obliuioni prorsus exstinguendis conducit, appetitū mouet, & naturam sopitā exsuscitat. Inter gestationū species ultimo loco posuerunt fere omnes nauigationem, q̃ ceterarum omnium lenissimam fecit Cornelius Cel. sed & huius quāplurima inueniūtur discrimina: siquidem non parū interest, an quis in stagno, an in flumine, an in mari naue geratur: & in mari, an in portu, an in litore, an in alto, an turbato, an tranquillo. Nauigatio facta in stagnis, lacubus, aut paludibus ceteris in salubritate postponitur: quoniā ut plurimum ex aquis stagnantibus, nisi sint maris alicuius instar, putridi uapores eleuantur, qui aerem inficientes nauigationē magis suspectam reddunt. ut non immerito scriptum sit ab Arist. palustria loca incolentes subpallidos, ac somnolentiores euadere. minus noxia exsistit in fluminibus nauigatio, nēpe quae auctore Plutarcho timori- loco citato 14. partic. prob. 12. & 12.

bus

in probl. nat. bus carens nauseam ullo pacto nō cōmoueat. uerūtamen tam haec, D
q̃ illa, quae exercetur in stagnis, in capite male affecto incongruae a
lib.1.c.1. Coelio Aurel. iudicantur, ꝙ humectātes caput terrena exhalatione
infrigidant. Duabus praedictis maritima nauigatio ualde praestantior creditur, quoniā mari semper uapores sicci, & calidi educūtur, qui latenter, ac sensim nauigantium corpora recludunt, necnon sal sae proprietatis caussa excrementa absumūt, atq. hominum habitus quadam facili mutatione reficiunt, & iccirco huiuscemodi exercitatio in cūctis fere morbis humidis, ac frigidis a medicis probatur, & priuatim a Celso in tussi omni, a Coelio ac Aretaeo in dolore capitis, in epilepsia, si ferri queat, in sanguinis sputo, in pthisi, in icteritia, in hydropisi a Tralliano in frigida uentriculi intemperie commendatur. In phtisi nāq. praestantissimum remediū nauigationem
lib.18.c.4 semper a Maioribus habitam fuisse, testatus fuit Plinius, qui hac ra- E
lib.31.c.6. tione phtisicos Aegyptū petere cōsueuisse refert, quo cū Annaeus
epist.lib.5. Gallio post consulatū iam fere phtisicus, & Zosimus Plinij nepotis
cap. 61. libertus sanguinis reiectatione laborās profecti essent, ad sanitatem restituti fuerunt: q̃q̃ barbarus ille auctor Plinij Secundi nomine falso inscriptus in 1. de re medica lib. dicat phtisicis magis cōferre in saltibus, ubi pix nascitur, habitare, q̃ in mari nauigare. Porro ex maritimis nauigationibus lenissimā dixit Celsus eam, quae in portu efficitur, q̃ tamen in capitis affectionibus una cum fluuiali, & stagnali improbauit Aurelianus. Quae uero in litoribus exercetur nauigatio iucundissima habetur, de qua celebratum hoc prouerbium narrat Plutar. πλοῦς μὲν ὁ παρὰ γῆν, περίπατος δὲ ὁ παρὰ θάλατταν
1. Sympo. ἥδιστος. i. nauigatio iuxta terram, ambulatio uero iuxta mare iucundissima. haec ex communi Auicennae, atque Aetij sententia praecipue prodest hydropisi, elephantiasi, apoplexiae, stomachi frigiditatibus ac inflationibus: atrophiae quoq. secundum Coelium nō paruū auxiliū praestat: quāuis enim a principio stomachum subuertat, paullo post tamē assuefaciens illum sedat, quinimmo, ut dicebat F
lib.37.c.6. Plinius, uomitiones illae instabili uolutatione commotae plurimis morbis capitis, oculorū, pectoris, & deniq. omnibus, propter quae bibitur elleborum, medentur. Verum gestatio in alto mari peracta reliquarū uehementissima exsistit, & mutationes plurimas, atq. maximas facit, nimirū cum animus mixtos affectus habeat, & tristitia, & spe, timore, atq. periculo: modo gaudentibus, & laetis, modo in angustijs, & periculis uersantibus nauigantibus, quae simul omnia
lib. de cau. nat. magnā uim habent, ut quoq. Plutar. cognouit, ingentes uomitus cō citandi, ac consequenter omnē ueterē morbum profligādi: & proinde

A inde iure dixit Auicen. nauigationem hanc ad exstinguẽdas praedictas aegritudines efficaciorem esse. quin & mixtio illa motus, & quietis, qua praedita est, si quid aliud, probe corpus nutrire idonea est. Quae tranquillo mari peragitur in naui gestatio non admodum (dicebat Antyllus) magnam turbationem, neq. cõcussionem affert: Oribasius lib.6. c.23. ex quo fit, ut ferme accommodata sit iis, quibus etiã gestatio in curribus conuenit: nisi ꝙ hoc magis habet, ꝙ in purgato aere, ubi non humidi uapores, sed sicci, & acres sint, efficitur. Caeterũ quae turbato mari obitur, magis animum, & corpus exagitat, magisq. uomitũ ciet, & iccirco quantum fieri potest, in omnibus fugienda est, cum motus acutissimos, dũ nauis a uento impellitur, uehementissimos, & neutiquam cessantes, sicq. corpori intensissimos habeat. Non silendum, in nephriticis nauigationem, omnemque maritimam ui-
B tam ab Aretaeo sub his uerbis commendari: καὶ πλοῦς, καὶ ἡ ἐν θαλάσσῃ βιοτὴ, ἅπαντα τοῖσι ἐπὶ νεφρῶν ἐστιν ἄκεα. idest, Et nauigatio, & uita in mari facta, omnia sunt nephriticis remedia.

De natationis, & piscationis effectibus. *Cap. XII.*

NATATIONEM inter exercitationes apud medicorum gymnastas exstitisse, maximeq. omniũ ab antiquis in existimatione habitam fuisse, ꝙ homines e periculis maximis, (ut dixit Plato in Gorgia) liberaret, eosq. ad audẽdum fortiores, & animosiores redderet, iã satis monstrauimus: ideo uires eius perquirere solum restat. Nam uarias hanc quoq. differẽtias habuisse reperio: siquidem aut natatio fiebat in aquis sponte nascentibus, aut in alijs: & si in alijs, uel in dulcibus, uel in maritimis: lib.3.c.14.
C si in dulcibus, aut fluuiis aut lacubus, aut stagnis: atq. hae omnes uel in calidis, uel in frigidis. Natationem in aquis sponte nascentibus, quas omnes calidas esse, & Aristotelis auctoritas & ratio, & experiẽtia demonstrant, peractam improbauit Antyllus, tãquam impleat, eam tamen in paralyticis curandis adiumentum praestare, credidit Coelius Aurel. ita s. administratam, ut patientibus partibus inflatae uesicae adiungantur, quo natãdi laborem minuant. Quae porro in dulcibus aquis efficitur natatio, ad omnia est maritima male affectis inefficacior. quamobrem uitanda plerũq. est: quia, si in ea quis diutius immoretur, ei nerui, cum propter frigus, tum propter humiditatem laedentur: ex factis tamen in dulcibus aquis natationibus fluuiales minores sanis corporibus noxas inferũt, potissimumq. ad inducẽdum somnum ab Horatio Flacco commendantur, ubi scribit, 24 partic. Prob. lib.6 c.27. lib.2.c.1. & li.5.c.2.

-ter uncti lib.2. serm.

Trans

Saty.3. *Trans nanto Tiberim, somno quibus est opus alto.* D
perniciosissimae uero sunt, quae in paludibus, & stagnis obeuntur: quoniã uapores putridi una cum humiditate corporis meatus illabentes, nõ solum caput, uerũ etiam uniuersum corpus contaminãt. Lacustres medio quodam pacto se habent: quae tanto minus insalubres erunt, quanto lacus, ubi efficiuntur, uastiores. & puriores apparebunt. Maritima natatio ab Aretaeo in dolore capitis antiquato usurpatur. Ab Aetio ex Gal. mente in narium obturatione, & odoratus laesione si assidue fiat, probatur. A Celso uero, & ab Antyllo hydropicis, scabiosis, & quos exanthemata infestant, itemq. elephãtiasim patientibus, & quorum crura, aut aliquae aliae corporis partes defluxione tentantur, accõmodata reputatur. facit quoq. ad eos, qui ex alimento fructum non sentiũt. & ideo non immerito Coeli. Aurel. natationes maritimas in paralyticis, ut etiam Celsus stomachicis, iecorosis, lienosis, cachecticis ex usu esse scriptum reliquit. ue E rũtamen non possum non summa admiratione teneri, quomodo is auctor natationes sub Dio factas in capitis dolore, atq. etiã in epilepsia laudauerit: cum Antyllus nõ solum marinam natationem, sed qualemcũq. aliam capiti nocere tradiderit. quod similiter ipsa ratio persuadere uidetur, demonstrans, tum situm ipsum natãtium, tum continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male afficere. Illud hoc in loco silendum nõ esse duco, quod magnus phi
23. partic. losophus Arist. in problematib. scriptum reliquit, uidelicet in mari
Prob. 12. facilius, quã in fluuijs natari: propterea q͏ qui natat, sedulo aquae adnitendo natat: adniti autem ad id firmius possumus, quod corpulẽtius est: unde cum aqua marina fluuiali fit corpulentior, crassior, & ad renitendũ ualidior, magis natãtes adnitẽtes sibi sustinet. Est prae F terea de quacũq. natatione animaduertẽdũ, paucos diuturnos morbos reperiri, in quibus ulla perfecte apta sit, & ob id perraro, ac solũ aestate adhibenda erit natatio, quando gracilẽ reddere, per halitum euocare, firmare, calefacere, attenuare, hominẽq. tandẽ iniuriae mi-
lib. 31. c. 6. nus obnoxium facere potest: a Plinio scriptum est luxata hominum corpora, & quadrupedum natãdo in cuiuslibet generis aqua facillime in artus redire. Natatio calida emollire indurata, calefacere refrigerata credita est. & ob id a Coelio Aur. in curandis arthriticis cõmendata, ab Aetio ex mente Gal. in iis, qui cutem corporis densatã habent. at ab ea caput offendi, uires quodã pacto eneruari, nemo negaret: q̃ alio etiã non carere uitio dixit Coelius, uidelicet humores fundere, nec ipsos resoluere. Frigida q͏ intus calorẽ natiuum repellens ipsum ualidiorem efficiat ciborum optimam, & citã cõcoctio-

nem

A nem praestat: exuberãtes humores dissipat, & intus refrigeratas partes calefacit. unde iure etiã ipsam in arthriticis laudauit Aurelianus, ea ratione motus qua Hippoc. frigidã tetano affectis large affusam remedium esse dixit, sicut, & Celsus pro regio morbo laborantib. in aestate, & Herodotus apud Aetium ad euitandũ aestũ frigidam natationem cõmendauit. experientia tamen constat, si quis ea frequẽter utatur neruos laedi, & interdum surditatẽ contrahi, quod Agathinus apud Oribasiũ confessus est. Atq. haec omnia a nobis dicta accipiantur de illis natationibus, quae ad gymnasticã quidem medicã pertinebant, sed minime semper in gymnasijs exercebãtur. illae uero, quas in gymnasijs ipsis fieri consueuisse in 3. lib. ꝓbauimus, siue ĩ piscinis, siue in amplissimis labris agerentur, duos praecipuos fines cap. 14.
B secundũ opinionẽ nostrã habuerunt, alterũ ut motu illo blãdo, quo natantes agitantur, aqua magis corpora permearet, sicq. mẽbra copiosius humectarentur: alterum ut maiore uoluptate in mouendo sese fruerentur: quandoquidẽ aqua mota, & praesertim balneorum suaui illa attrectatione singularem quandam delectationem affert. De piscatoria exercitatione, quam diximus ex Platonis sentẽtia nec 7. de legib. in sophista
animo, nec corpori prodesse, & proinde ab illo optari, ne iuuenes lib. 3. c. 13.
huic incũbant, pauca uerba faciam, tũ quia fere sub nauigationẽ reducitur, ut eadẽ repetere non sit opus: tũ quia a medicis prope nullis eã in usu habitã esse cõstat: nisi ꝙ Auic. inter debiles exercitationes loco citato
adnumerauit, quando quis in nauicula piscatoria moueatur, & ob hoc piscationẽ nullam calorẽ natiuum augere credendum est, cũ &
Arist. scripserit, piscatores marinos, ideo rufo colore existere, quo- sect. 38.
C niam intus frigent, extra uero quasi aduruntur: habẽt. n. qui in mari prob. 2.
piscantur hanc praecipuam cõmoditatẽ, ꝙ eorũ corpora ualde exiccãtur, & propterea minime omniũ corruptionib. subiiciũtur: quin si putredo aliqua intus lateat, protinus exugitur, cõsumiturq. ut magna cũ ratiõe scripserit Gal. piscatorũ habitus duros, ac siccos esse, 1. de simpl. med.
eorũue ulcera perinde exiccata continuo apparere, ac si salita forẽt. 6. de comp. med. f l.
Quod uero scripsit Suet. Augustũ interdũ hamo piscari cõsueuisse, In vita Au-
id potius animi laxãdi causa, quã ualetudinis gratia ab eo agebatur. gusti. c. 83.

De uenationis conditionibus. *Cap. XIII.*



Enationis exercitationem comparans ludo paruae pilae Gal. illud solum inter ipsas discrimẽ posuisse uidetur, ꝙ alter modico apparatu indigeret, & ob id cuiuis exercitatu facilis esset: altera uero pluribus instrumentis opus haberet, neq. ab omnib. sed ab ingenuis dũtaxat, atq. diuitibus exer libro 2. de paruae pilae ludo.

ceri posset. hoc autē licet Galeni forsan tēpestate, atq.etiā in aliqua D
uenationis specie tēporibus nostris uerū foret, nihilominus in maiore eius parte secus rem sese habere cōpertum est, quando saepenumero uno, uel duobus canib. aut paullo plurib. instrumētis rusticos, atq. pauperes uenandi exercitationē frequentare cōspicimus. ut hac ratione ipsa minores laudes pilae ludo non mereatur, neq. pauciorib. uerbis eius facultates a nobis explicari debeant. Cum enim Gal. uenationē inter ea, quae ipse exercitationes & opera nuncupauit, recensuerit: cumq. illius perspecta natura manifeste monstret, non absq. uehementia, magnitudine, atq. celeritate ipsam effici, nimirū in qua multae aliae exercitationes, cursus uidelicet, ambulationes, saltus, iaculatio, uociferatio, & aliae necessario requirantur, rationi consequens est eā his facultatib. praeditā esse, quod corpora uehementer calefaciat, excrementa dissipet, carnes, & succos exuberantes minuat, somnos profundos generet, & proinde concoquēdis cibis, crudisue humorib. magnopere conferat: quodq. ait Xenophon, auditū ac uisum acuat, simulq. senectutē retardet. ob quas egregias facultates illud esse uerum existimare debemus, quod Razes Arabs auctor grauissimus ex Gal. sententia memoriae mādauit, uidelicet in quadam peste cōtigisse, ut omnes fere perierint, & soli uenatores ob assiduā exercitationē incolumes euaserint. Ceterum quod uehementibus exercitationibus a medicis attributum reperitur, neq. uenandi labor carere uidetur, ut scilicet caput offendendi ui polleat, maxime, si importune efficiatur, quemadmodum in 4. de acutorū uictu apud illum auctorem legitur. Quantum uero ad particularium uenationis specierum qualitates attinet, de duabus solū uerba faciam, tamquam in his solis tota uenandi ad sanitatem, aut aegritudinem pertinens facultas consistat: illae sunt, equestris, ac pedestris: nam sciūt omnes, quālibet uenationem, siue canibus, siue retib. siue auib. siue arcubus, siue alijs instrumentis exerceatur, ab hominib. agi, qui aut pedib. proprijs eant, aut equis insideant. Equestrem igitur (ita liceat mihi appellare) uenationē exercētes, cū modo currentib. equis, modo gradientib. agātur, modo uociferare, modo quiescere cogātur, omnib. partib. laborare uidentur, & iccirco multi hac exercitatione crediderūt corroborari pectus, stomachum, intestina, dorsum, atq. crura: ego uero eā euitare illis praecipio, quibus caput faciliter offenditur, quibus fractionis uenarum in pectore periculū imminet, quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritonaeum debile, aut ulla herniae suspicio est, & quibus tandem uniuersus corporis habitus calorem plusquā mediocrē obtinuit. siquidē multos uidere licet

2. de tu. val. cap. 8.

in 3. com. trac. 13. c. 2. Lib. de pu. epil. com. 115.

E

F

A licet uenatores, quos partim ob clamores, partim ob motus uiolentiam similes morbi occuparunt, & quandoq. ad interitum deduxerunt. qua de re prudēter Martialis Prisco, ne Veredo (erat is equus ueelociter currens) in uenatu uteretur, consuluit hisce uersibus. Lib. 12.

Parcius utaris moneo rapiente Veredo
Prisce, nec in lepores tam uiolentus eas:
Saepe satisfecit praedae uenator, & acri
Decidit excussus nec rediturus equo.
Insidias, & campus habet, nec fossa, nec agger
Nec sint saxa licet, fallere plana solent.
Non deerunt, qui tanta tibi spectacula praestent:
Inuidia fati sed leuiore cadunt.
Si te delectant animosa pericula Tuscis,
B *Tutior est virtus, insidiemur apris.*
Quid te frena iuuant temeraria? saepius illis
Prisce datum in equitem rumpere, quam leporem.

Porro uenatio pedestris eadem fere cōmoda, & incōmoda in equestri reperta continet, nisi q, dum cursibus, ac saltib. feras insectatur uenator, per montes, per ualles, per deuia, per siluas, per saltus, minori certe periculo, quam in equestri, subiicitur: at maiori labore afficitur, magis incalescit, magis pedes, & crura corroborat: praeter haec libidinis stimulos coercet, quando Hippolytum studio uirginitatis hoc uenationis genus exercuisse ferunt. Excitat quoq. uenatio appetitum, sicut coquus ille Dionysio dapes auersanti respōdit, ipsi defuisse laborem in uenatu, qui appetitum generasset. Neutra tamen, q uehementior exsistat, senibus, aut debilibus accōmodata C inuenitur, sed illis tantum, qui robustas omnes corporis partes fortiti sint, quiq. optime ualeāt. ut nō absq. iudicio summo Cornel. Cel. dixerit, sanum hominem, & beneualentem modo nauigare, modo uenari debere. quod si Plinius nepos sanitatē suam uenationi, quā ruri in Tuscis obibat, aliquando acceptam retulisse uidetur, iudicandum est, aut illa moderatissime usum fuisse, aut potius corpore robusto, ac sano ita ualuisse, ut nullo pacto a tanti laboris uehementia laederetur. Erit itaq. omnib. hanc exercitationem inire cupientibus duo necessarium diligenter considerare, primum, an corporis robore polleant, inculpataq. sanitate fruantur: secus, ne grauissima pericula sustineant, iure dubitandum uidetur: secūdum, numquid modestia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectum ullū & casu quodam, ut plerūq. fit, uenationi operam nauēt. Quicūq. enim suarum uirium, aeris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem

Seneca in tragoed.

lib. 1. c. 1.
epist. lib. 5.

aliquam

aliquam habere uolunt, multa profecto eorum malorum uitare D possunt, quibus ceteri casu sese exercentes subiiciuntur: eo magis, quod uenatio illud praecipuum in se habet, quod nulla alia exercitatio in eum modum obtinuisse apparet, ut scilicet totum fere diem non raro sibi requirat. unde aut uenatores inter exercēdum cibum capere, & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo ualetudini nihil perniciosius esse potest; aut tota die ieiunant, quod tametsi fortasse minus offendat, neq. tamen ipsum noxa penitus caret, quando praeter consuetudinem illud efficitur, necnon postea usq. adeo prae fame exsaturantur, ut uentriculum in cōcoquendo mirum in modum fatigent, sicq. & cruditates, & alia innumera mala subeant.

Artis Gymnasticae finis.



HIERONYMI MERCVRIALIS
sex artis Gymnasticæ Librorum elenchus, quorum primus liber continet.

V

LIBER QVINTVS.

LIBER SEXTVS.

ERRATA SIC CORRIGITO.

fo.14 linea 3 a fine labetesque lege lebetesque
15 linea 19 siue Elidie lege in Elide.
15 linea vlt. equirendi lege acquirēdi.
17 linea 4 exercitandam lege excitandam
18 linea 6 itner, lege inter.
18 linea 12 scribat lege scribit.
19 linea 11 propiugeum lege propnigeum
20 linea 4 a fine caldam lege calidā.
24 linea 9 Eoriceum lege Coriceū.
26 linea 22 fabricabatur lege fricabātur.
33 linea 26 Maecenetem lege Maecenatem.
34 linea 5 olei lege olet.
34 linea 11 a fine Inquies lege Inque.
38 linea 24 Albero lege Abero.
42 linea 11 decimum lege decimi
44 linea 17 calda lege calida.
51 19 litore lege littore.
52 linea 12 saepto lege septo.
63 linea 11 a fine pilicripi lege pilicrepi.
63 linea 5 a fine pedierepos lege pedicrepos.
65 linea 15 a fine fornicator lege fornacator.
67 linea 7 militaris lege militari.
73 15 a fine persicasse, lege perficcasse.
73 6 a fine fere lege ferre.
75 2 victu lege victum.
75 21 obtinuerint lege abstinuerint.
80 linea 14 contineantur, quod a nullo lege contineantur, uerum quod a nullo.
83 linea 8 a fine sphaeristirica lege sphaeristica.
84 linea 25 immiscebat haerebat, lege immiscebant haerebant.
94 linea 2 c in lege & in
108 linea 16 a fine Glacus lege Glaucus
126 linea 4 a fine Arataeus lege Aretaeus.
115 in margine Pliacorū lege Eliaiorū.
136 linea 13 a fine exercitandam lege excitandam
141 linea 9 incindentibus lege incidentibus.
143 linea 10 sangnine lege sanguinem.
149 18 excitati lege exercitati.
154 9 perspirabilemq. lege perspirabileq.
158 19 a fine rectores lege rhetores
158 16 a fine litora, lege littora.
169 linea 7 quarūlibet lege quorumlibet
173 19 studerunt lege studuerūt.
186 17 a fine qua, lege quae.
187 linea 23 corpori lege corporis.
224 linea 5 quodcunq. exercitationes lege quodcunque post exercitationes
230 F defecto lege defectu.
231 linea 18 quo lege quem.
232 21 remunitores le. reuctores.
238 18 viuendi lege videndi
249 linea vltima sicq. lege siq.
255 22 Theophastus lege Theophrastus.
256 linea 2 satisfacere lege satiscere
255 linea 5 a fine salteribus lege Halteribus.
261 linea 3 a fine noce lege nocet.
262 linea 7 a fine afficiūt lege efficiūt.
279 linea 18 a fine Auēroar lege Auenzoar
288 linea prima patere lege petere
290 linea 3 ouent lege fouent

Te monitum praeterea volumus candide Lector erratum esse in ichnographia secunda palestrae oblongae, cum sculptor eam minime seruauerit in platanone, & secunda, ac tertia porticibus extra palestram longitudinem, quam ratio proportionis postulat, & quam ipsi descripseramus.

INDEX LOCVPLETISSIMVS RERVM OMNIVM MEMORABILIVM, QVÆ IN HOC OPERE continentur.

A

Antio-

B

C

D

F

G

Germa-

H

I

Lienosos,

M

N

T

V

X

Z

FINIS

REGISTRVM

* ABCDEFGHIKLMNOPQRSTVX.

Omnes sunt quaterniones præter * et X
qui sunt terniones, et D quinternionem.



VENETIIS APVD IVNTAS
M D LXXIII.